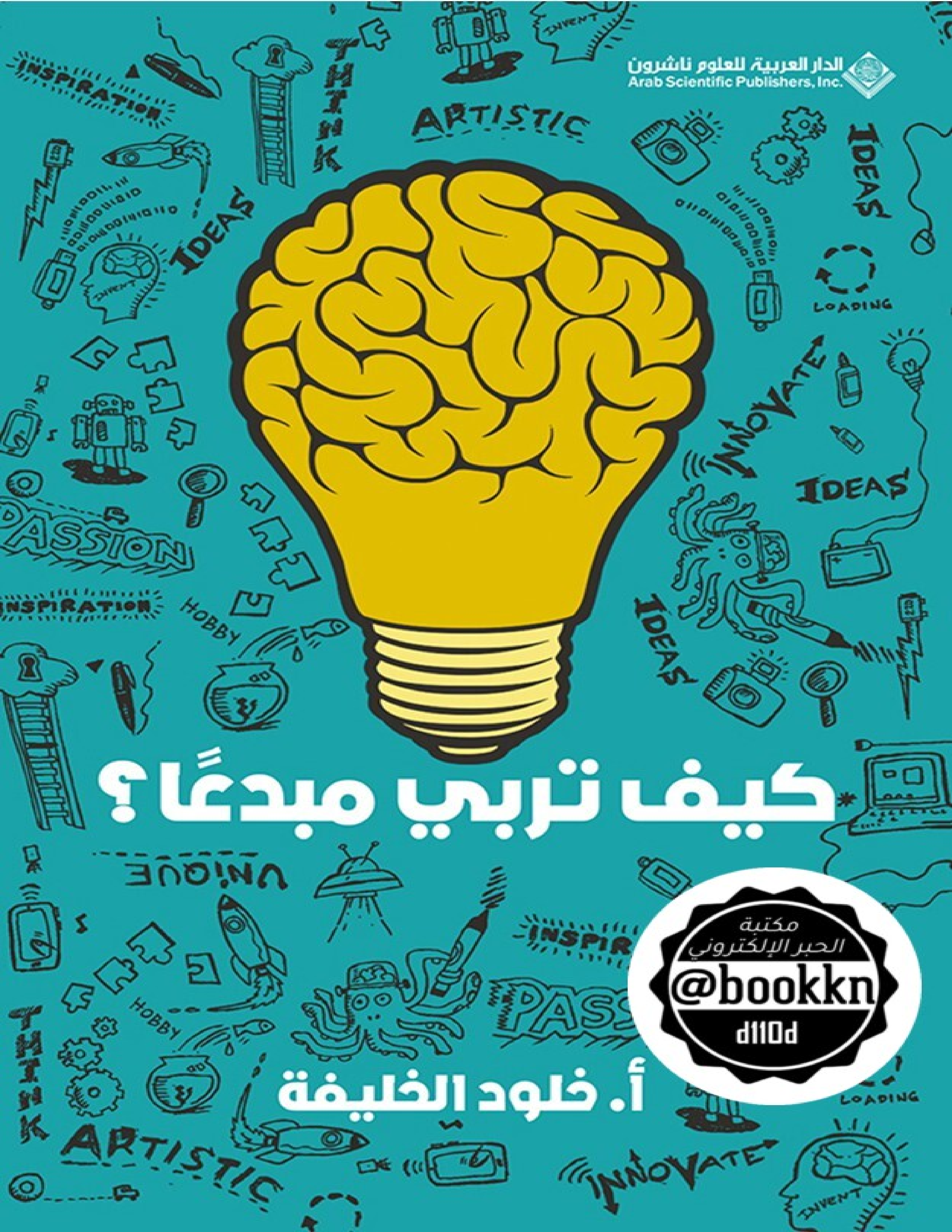

الدار العربية للعلوم ناشرون
Arab Scientific Publishers, Inc.
كيف تربي مبدعًا؟
أ. خلود الخليفة
مكتبة
الحبر الإلكتروني
@bookkn

كيف تربي مبدعًا؟

أ. خلود الخليفة

كيف تربي مبدعًا؟



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

الطبعة الأولى: تشرين الثاني/نوفمبر 2020 م - 1442 هـ

ردمك 978-614-02-3961-6

توزيع

الدار العربية للعلوم ناشرون ش.م.ل
Arab Scientific Publishers, Inc. S.A.L

عين التينة، شارع المفتي توفيق خالد، بناية الريم
هاتف: 786233 – 785108 – 785107 (1-961+)
ص.ب: 5574-13 شوران – بيروت 2050-1102 – لبنان
فاكس: 786230 (1-961+) – البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb
الموقع على شبكة الإنترنت: http://www.asp.com.lb

facebook.com/ASPArabic
twitter.com/ASPArabic
www.aspbooks.com
asparabic

تصميم الغلاف: **مصطفى علوان Mostafa_Olwany**

التنضيد وفرز الألوان: **أبجد غرافيكس**، بيروت - هاتف 785107 (9611+)

الطباعة: **مطابع الدار العربية للعلوم**، بيروت - هاتف 786233 (9611+)

إهداء

إلى أهلي وسندي، الذين هم داعمي الأول ومن آمن بي ووثق بقدراتي،
إليكم بكلّ حب وتقدير...

المحتويات

مقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، سيدنا محمّد عليه وعلى آله أفضل الصلاة وأتمّ التسليم.

الحمد لله سبحانه وتعالى الذي تجلّت حكمته بأن استودع الرحمة والتلطف في مشاعر الوالدين تجاه أبنائهم، فوجد الأبناء فيهم الأمان والحب والملجأ.

فلا أمان كوجود الأب، ولا حنان كحضن الأم، وعلى مرّ العصور وتنوّع الشعوب، إلا أنّنا لا نزال نجد كلّ أمّ وأب يحاولون بشتى الطرق تقديم الأفضل وتوفيره لأبنائهم على اختلاف متطلبات تلك الأزمنة.

وممّا لا شك فيه أننا اليوم نعيش عصرًا يَعُدّ التعليم والمعرفة من أهم أساسياته التي يجب أن يتحصّل عليها كلّ طفل لمواكبة متطلبات هذا العصر.

لذا في كتابي هذا أردت أن أقدم لكم خلاصة جهد كبير في البحث بين الكتب والمقالات والدورات التدريبية وخبرة في مجال التدريس.

وأضع بين أيديكم أساليب تساهم في تنمية ذكاء الطفل وشخصيته.

سائلة المولى أن يطرح بين طيّات هذا الكتاب المتعة والمنفعة لكم ولأحبابكم الصغار.

أ. خلود الخليفة

الفصل الأول
تنمية ذكاء الطفل

أولًا: التعليم العميق والتعليم السطحي

حقيقةً طوال فترة تدريسي للأطفال ومن خلال التعامل معهم، لطالما أذهلتني قدرتهم في التعلم وسرعة مواكبتهم لكلّ جديد، ففي الوقت الذي نجاهد به نحن الكبار لمعرفة كيفية عمل بعض أجهزة التكنولوجيا لوقت طويل نجد أطفالنا الصغار يقومون بالمهمة في ثوانٍ معدودة.

ففطرة الطفل هي الفضول والبحث عن إجابات بكلّ ما يتعلق من حوله. جرّب أن تعود بذاكرتك عندما كنت في مرحلة الطفولة وتذكّر كيف كنت ترى العالم من حولك؟ فسيجد أغلبنا نفسه يبتسم لذكريات الشقاوة والمغامرات وحبّ البحث والاكتشاف، وتجربة كلّ ما هو جديد وغريب.

لذا لكلّ أمّ وأب أو مربٍّ يعتزم تعليم طفله بشكل فعَّال وتنمية قدراته، أقول له: إذا كان لديك الهدف في تعليم ابنك بفعَّالية، فتأكد أنّ عند ابنك حجر الأساس لتلقي هذا التعليم.

ويبقى السؤال الكبير هنا: كيف يمكنني أن أنجح في ذلك؟

إذ بتنا كلنا نعلم أنّه مع عصر التكنولوجيا والسرعة والأُلْهيّات الكثيرة أصبح من الصعب جدًا أن نعيد تحفيز فطرة التوجه العلمي والفضول الإيجابي لدى أطفالنا، وأنّ أساليب التعليم التقليدية لم تعد تشدّ المتلقّي كما كانت في الزمن الماضي. لذا قبل أن نبدأ في تعليم الطفل يجب علينا أن نتعلّم كيف يمكننا أن نُشعل لديه هذه الرغبة في التعلم من جديد؛ لأنّ الطفل إذا أحبّ أمرًا ستجده يقبل عليه بقوة ويبدع فيه.

لذلك، فإنّ أول خبرة أودّ أن أمرّرها لك هي بعض الأمور التي تساعدنا في جذب أبنائنا نحو التعلم:

1. رفع حالة الاهتمام والفضول لدى الطفل لجذبه إلى التعلّم. وهذه بعض الطرق التي من شأنها زرع الفضول لديه:

- طرح أسئلة مشوقة عن الموضوع الذي تودّ أن يتعلّمه، على سبيل المثال: إذا كنت تودّ أن تحدثه عن الجاذبية الأرضية، اسأله: لماذا لا يسقط القمر في حين أنّ للأرض جاذبية؟

وإذا أردت أن تعلّمه مبدأ الأجسام التي تطفو والتي تغوص، اسأله: لماذا لا تغرق السفينة في البحر على الرغم من أنّ وزنها ثقيل؟

2. طرح المشكلة وإثارة القلق الإيجابي حول موضوع معيّن لجذبه إلى مناقشته ووضع حلول له، مثل:

الفيروسات على الرغم من أننا لا نستطيع رؤيتها بالعين، كيف لها أن تسبب كلّ هذه الأضرار، وكيف نستطيع حماية أنفسنا منها؟

3. لا تقدّم المعلومات جاهزة لابنك! استخدم عنصر التشويق وحاوره وناقشه فيها. اسمع منه توقّعه للمشكلة أو خلفيّته عن المفاهيم العلمية الجديدة التي تودّ تعليمها له؛ لأنّ ذلك سيزيد من فضوله وشعوره بأنّه فرد مسؤول عن توفير المعلومات لهذه المشكلة ومشارك في عملية حلّ لغزها.

4. استثمار ألعاب الذكاء التي تثير فضول الطفل وتحفّز تفكيره، وتوظيفها في بناء مفاهيم ومواهب جديدة، فاللعب من أكثر الأساليب التعليمية فعالية وثبوتًا في ذهن الطفل.

5. التنوع في الأساليب التعليميّة يساعد في تشويق الطفل، ويبعده عن طابع الرتابة والملل في أثناء التعليم، وبالتالي قبول الطفل لعملية استمراره. ابحث عن الاستراتيجيات التعليمية التي تتناسب مع ذهن طفلك وستلاحظ الفرق.

6. ربط شغف الأطفال وميولهم بالتعليم.

مثال: طفل يحب عالم الفضاء، إذًا نحضر له قصصًا عن الفضاء والكواكب والمجرات، فالهدف أن يكون شغفهم وميولهم هو المدخل الأول لأبواب العلم، والمشجع لأنواع العلوم الأخرى.

7. الحرص على أن يكون الجوّ العام للتعلم جوّ مرح يتخلّله الضحك والفكاهة.

8. نجد أغلب الأطفال عند رفضهم للتعلم يطرحون السؤال الكبير: ما علاقة كلّ هذه المعلومات بحياتي؟ وكيف أستفيد منها؟

لذلك يجب الربط المستمر بين ما يدرسه الطفل وحياته الخاصة؛ ليستشعر أهميته وقيمته، كربط مادة الرياضيات بالعمليات الشرائية التي يتوجّب عليه القيام بها عندما يكبر.

9. ربط المشاعر بالتعليم، فلا يكون وقت التعليم مجرّد عمليّة نهل المعلومات، ووقتًا جامدًا خاليًا من المشاعر والانفعالات ومن تقديم وجهات النظر، بل يجب إعطاء الطفل فرصة للتعبير عن الآراء الإيجابية والسلبية تجاه المادة التعليمية تحت ضوابط الأدب والاحترام، فغالبًا حينما نستمع إلى وجهة نظر الطفل حول موضوع معين أو أسباب تقبّله ورفضه، يمكننا حينها معرفة الخلل وإعادة ترتيب الأمور بالطريقة التي تخدم الهدف لكلا الطرفين.

10. ألّا ينحصر التعليم على الكتب والورق، ولا أنفي دورهما الكبير في التعلّم، لكنّ التعليم الفعّال الذي يبقى في ذاكرة الطفل يجب أن يكون تطبيقيًا عمليًا يعطي الطفل فرصة تجربته بنفسه، فما يجرّبه الطفل بنفسه ويراه بعينه لن ينساه.

11. كذلك يجب ألّا ينحصر التعليم في غرفة الدراسة، حيث إنّ فرصة التعليم توجد في كلّ مكان: في الطبيعة، المتاحف، معارض العلوم، الفنون، المسرحيات، والرحلات ويجب استغلالها ليرتبط التعليم بالمتعة ويحظى بإقبال أكبر من الأطفال.

12. يجب أن يُعطى الطفل حرية التعلم والتعبير عن ذاته كلما أمكن ذلك، دعه يختار ما يريد أن يتعلّمه اليوم، أو أيّ مادة دراسية يودّ البدء في دراستها. فعندما يختار بنفسه، يعطيه ذلك شعورًا بالمسؤولية والاهتمام أمام الموضوع الذي اختاره.

13. يعتبر التعلّم باستخدام التكنولوجيا طريقة فعّالة للمحافظة على متعة الدرس، فأولًا وأخيًرا هم جيل عصر التكنولوجيا.

14. لا تعتمد القسوة والشدة في أثناء تعليم طفلك لا سيّما عند فشله في المحاولة، بل يجب تقدير الجهد الذي يحاول تقديمه، فالتعليم يجب ألّا يقتصر هدفه على فهم الطفل للمادة المدروسة، إنّما يجب أن يكون هدفه أوسع وأهم من ذلك؛ كأن نعلّم أطفالنا عدم الاستسلام والابتعاد عن اليأس وتكرار المحاولة من جديد، وإزالة شعورهم بالخوف من الخطإ، فلولا أخطاؤنا لما تعلّمنا وصرنا على ما نحن عليه اليوم.

لذا، علّم طفلك أنّ التجارب جزء من المعرفة، وقد تأخذ منّا التجارب محاولات عدة للوصول إلى النتيجة المطلوبة، فالصبر والمثابرة يلعبان دورًا رئيسًا في نجاحها. كما أنّ الفشل جزء طبيعي خلال رحلة التعلم، ويجب أن نعلّم أطفالنا مبدأ أنّ التجارب والمحاولات الفاشلة فرصة للتعلم وتصحيح الأخطاء، وبالتالي تكون نقطة انطلاق جديدة للنجاح. فالمشكلة ليست في الفشل إنّما في الموقف الذي يأخذه الإنسان بعد الفشل.

15. الحبّ غير المشروط للطفل (أي ألّا تربط مقدار حبّك له بحسب تصرفاته)، فالحبّ المطلق للطفل يساعد على تفتّح المخ ونموّه واستقبال المعلومات ومعالجتها بصورة أفضل، كما يساعد أعضاء الجسم على أداء وظائفها بكفاءة، فالصبر والجلد عنصران أساسيّان ينبغي الاتّسام بهما عند تعليم أطفالك أمورًا جديدة، واحذر من أن تفقد أعصابك وابتعد عن الصراخ.

من خلال تجربتي كمعلمة، لاحظت أنّ تأسيس علاقة صداقة وحبّ واحترام متبادل مع الطفل عامل مهمّ في مقدار اكتساب الطفل منك ومحاولاته الجادّة للاستجابة وفهمه لما تحاول تعليمه له، والعكس صحيح، إذا لم تكوِّن علاقة صحيحة بينك وبين الطفل فلن يستقبل ولن يفهم منك مهما حاولت، والدليل على ذلك أنّ الأطفال يكرهون بعض المواد الدراسية، والسبب هو شخصية المعلم وطريقة تعامله مع الطلاب.

16. احرص على أغذية المخ الأربعة: النوم الكافي، التغذية الصحيحة، الحبّ، والمعلومات، ليكون في مزاج سليم وصحة جيّدة للتعلم ولضمان سير العملية التعليمية بالشكل المطلوب. فجميعنا، كبارًا كنّا أو صغارًا، نتأثّر وتتقلّب حالتنا المزاجيّة، وندخل في حالة توتر وقلة صبر وتركيز عندما يختلّ أحد هذه العناصر الأربعة.

والآن، بعدما تناولنا بعض الطرق المحفّزة لجذب أطفالنا للتعليم، حان الوقت لأمرّر لكم خبرة ثانية، مبدؤها بسيط لكنّها ستصنع الفرق الكبير على صعيد بقاء ما يتعلمه الطفل في ذهنه على المدى الطويل.

كمرّبين، يجب أن نفرّق بين نوعي التعليم (التعليم السطحي، والتعليم العميق) لنعرف أيًّا منهما يساهم في نجاح عملية التعليم لدى أبنائنا، وبالتالي معرفة ما يجب علينا أن نعتمده معهم.

التعليم السطحي:

هو التعليم بالأساليب النظرية التقليدية والتلقين، يركز على الكم قبل الكيف. وهو تعليم لا ينفذ إلى العمق، أي إنّ نتائجه مؤقتة غير ثابتة، ومن السهل نسيانها، فلا تستمرّ على المدى البعيد، وللأسف نجد أغلب المدارس تعتمد على هذا النوع من التعليم.

التعليم العميق:

هو التعليم بالأساليب الحديثة الفعّالة والاستراتيجيات التعليمية والتطبيقية بحيث تكون بمثابة سلسلة مترابطة من العلوم تسمح لصاحبها باستدعاء المعلومات وتذكرها متى ما أراد، فهو يركز على الكيف قبل الكم ويراعي الفروقات الفردية. وهذا النّوع من التعليم يُنتج عباقرة ومبدعين ومفكرين.

كيف يُبنى التعليم بعمق؟

1. البناء الهرمي: أي أن نقوم ببناء المعلومات الجديدة على خبرات سابقة، فتتشعب شبكة المدارك بشكل أسرع وأكبر، بحيث تُنظم المفاهيم والمعلومات على شكل هرمي، يبدأ حجرها الأساس بالمفاهيم البسيطة ثم تتبعها المفاهيم الأكثر تعقيدًا.

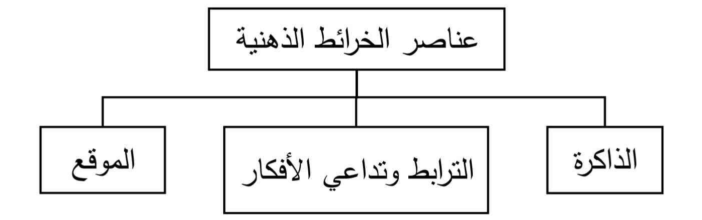
مثال: حينما يقرأ الطفل قصصًا عن الحيوانات، قد تكون قراءته من باب المتعة، لكن يمكنك أن تربط فوائد كلّ حيوان بما يقدمه للمجتمع: الدجاج يقدم البيض، والبقر يقدم الحليب، الحصان للتنقل سابقًا، الثور لحرث الأرض قبل اختراع الآلات... إلخ.

ومناقشته في المفردات الجديدة التي تمرّ عليه وربطها بمفردات يعرفها سابقًا. كما يمكنك أيضًا مناقشة مشاعر شخصيات القصة، وإطلاق الأسماء عليها وطرح حلول مشتركة في التعامل مع هذه المشاعر. فهنا اعتمدنا على أسلوب التعليم البنائي الهرمي في تقديم المعلومات للطفل، أي قمنا ببناء معلومات جديدة على معلومات موجودة سابقًا لديه.

2. مراعاة الفروقات الفردية: لا بُدّ من التركيز على الفروقات الفردية عند كلّ طفل وتقديم المعلومات له بما يتناسب مع طاقته الاستيعابية، فالتعليم العميق يركز على الكيف بدل الكم، وللأسف بعض المدارس التي تعتمد على التعليم السطحي تركز على كمية المنهج بدلًا من كيفية وصول المعلومة إلى الطفل وبقائها لديه على مدى طويل، فأغلب الأطفال بمجرّد انتهاء السنة الدراسية وقضاء فترة الإجازة نلاحظ نسيان أغلب المعلومات التي اكتسبوها خلال سنة دراسية كاملة، بالإضافة إلى كرههم ونفورهم من التعليم بسبب الضغط الذي يتعرضون له من الكم الهائل من المواضيع والواجبات المدرسية.

3. الخرائط الذهنية: لتوضيح المعلومات الجديدة وترسيخها، استخدم الخرائط الذهنية، وعلّم طفلك كيف يتمكن هو من تصميمها أو رسمها بنفسه. فالدماغ لديه معمارية التعلم العميق وإمكانية تحليل البيانات عن طريق استخدام الخلايا العصبية وترابط تلك الخلايا مع بعضها بعضًا لحلّ المشاكل، أو لتذكر المعلومات.

فالخرائط الذهنية تعمل كخريطة للعقل في استدعاء المعلومات وتذكرها وربطها فيما بينها، فهي تستخدم العناصر الأساسية التالية:



كما تجمع بين مهارات استخدام كلّ من النصفين الأيمن والأيسر للمخ (سنتطرق إلى هذا الموضوع في الصفحات القادمة).

4. استثمار البيئة المحيطة: إنّ البيئة المحيطة بطفلك هي مصدر غني للمعلومات التي تغذّي عقله، وكلما كانت البيئة أكثر تحفيزًا، زادت هذه الروابط التعليمية، فالبيئة تُعدّ وسيلة شاملة لأساليب التعليم المختلفة؛ ممّا يضمن ثبات المعلومات في ذهن طفلك، فهي تشمل: التعليم النظري، والحسّي، والتخيّلي، والتطبيقي العملي.

أمثلة عن البيئة المحفّزة للتعليم العميق:

- **الطبيعية**: (حدائق- غابات- جبال- بحار... إلخ)، فالطبيعة ميدان حافل بالاكتشافات والتجارب سواء في الجغرافيا أو علم الحيوان والنبات والفيزياء وعلم الطقس وغيرها.

- **المتاحف الخاصة بالأطفال**: بأنواعها الترفيهية والتعليمية والفلكية، حيث تتيح لهم فرص التلوين والرسم وتعلّم التكنولوجيا والتعرف على علوم الكون والفضاء.

- التواصل الاجتماعي وتبادل الخبرات.

- **المعارض والمسارح المخصّصة:** وتكون عادة مقسّمة إلى أركان خاصة بالرسم والتلوين وتدوير المخلفات البيئية، وما يطرحه المسرح من قضايا اجتماعية وتاريخية، وكلّ ما من شأنه تنمية مهارات الأطفال الإبداعية.

- **العائلة والمنزل**، يمكن أن يكون كلّ فرد من أفراد العائلة مصدرًا لتعليم الطّفل لا سيّما الأم والأب اللّذين يعتبرهما قدوة يحذو حذوها ومثلًا يقتفي به، سواء بصورة مباشرة أو غير مباشرة.

- **الجوْلات الميدانية في أرجاء المدينة**، مادة دسمة لمناقشة التاريخ، الوظائف، المنشآت، وفنون العمارة الهندسية...

5. التعلم الذاتي: نجد أغلب المناهج في المدارس الحديثة تعتمد على تقديم أنشطة وتترك للطفل الفرصة في العمل عليها بحرية، وتكوين مفاهيم خاصة فيه وبعد ذلك تقوم بمحاورتها ومناقشتها معه، ليتمتع بمستوى عالٍ من الاستقلالية ويكون التعليم الذاتي نمط حياة عند الطفل، أي إنّ رحلة تعلّمه لا تنتهي بانتهاء السنوات الدراسية.

عمومًا هذه الأنشطة يتمّ التخطيط لها مسبقًا من قبل معلم الفصل. وهذه المؤسسات التعليمية مثل (منتسوري) لا تعتبر نفسها مجرّد نظام أو طريقة تدريس، وإنّما تعتبر نفسها بمثابة نوع من التوجه، فكلّ طفل يحظى بالحب والفهم، كما أنّها تقوم على فكرة أنّ **"اللّعب هو عمل الطفل"**.

6. الترابط المعلوماتي: كربط الكلمات والمعلومات الجديدة بالصور، من خلال الاستعانة بالكتب المصورة، وخصوصًا في مراحل الطفولة المبكرة.

وبمرور الوقت سوف تصبح الصور غير ضرورية في الكتب وسوف يخلق هو بعين خياله الصور التي تثيرها الكلمات التي يقرأها.

7. التطبيق والممارسة: ضرورة العمل على مشاريع تعليمية سواء بشكل فردي أو جماعي، كقيام الطفل بتجربة علمية على أرض الواقع بدلًا من مجرّد قراءتها من الكتاب، فما يتعلّمه الطفل عن طريق التطبيق والتجربة الواقعية يثبت في ذهنه ويصعب نسيانه.

كذلك يُعدّ العمل الجماعي مكسبًا إضافيًا، فهو يساهم في تبادل الخبرات من خلال مناقشة الأسباب والتّبعات وطرح الحلول والتوصل إلى نتائج أفضل بفضل التعاون، كما أنّ الطفل يمكن أن يتعلّم عن طريق المحاكاة، فيستطيع عن طريق محاكاة أقرانه أن يتعلم أمورًا جديدة بشكل أسهل وأسرع.

8. تنمية مهارات التفكير العليا: يهتم التعليم العميق بمهارات التفكير العليا، مثل: التحليل والتركيب والتقويم، ويركز عليها؛ فيساعد ذلك في تحسين مستوى تعليم المحتوى العلمي بشكل أعمق، لذلك يجب على المربي أو المعلم ألّا يقدِّم الإجابات والمعلومات مباشرة للطفل بل يعطيه فرصة ليحلل، يربط، ويفكر ويستنتج، ويتخيّل الأمر الّذي يقود المتعلّم نحو تنمية التفكير المنطقي والإبداعي لديه قبل أن يحصل على الإجابة لقمة سائغة من المعلم.

أخيرًا وليس آخرًا، لا تزال الأبحاث في تطور سريع بما يخصّ فهم عقل الإنسان وطرق تنميته، وتوظيف الأساليب الفعالة لاستثمار إمكانات الدماغ بأكثر فعالية ممكنة.

فكن دائم الاطلاع على كلّ ما هو جديد لتوظيفه في تنمية مواهب طفلك وقدراته.

ومضة (1):

المعرفة وحدها لا تكفي،

لا بُدّ أن يصاحبها التطبيق.

غوته

مساحة للتخطيط

ما أساليب التشويق التي تعتقد أنّها ستنجح مع شخصية طفلك في كسب اهتمامه للتعلم؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ثانيًا: مزايا لعب الأطفال

يحتلّ اللعب دورًا مهمًا وكبيرًا في تنمية ذكاء الطفل، لذا يجب أن يحصل الطفل على الفرص الكافية للعب وتطوير ذكائه من خلاله.

ومن مزايا اللعب المتعددة أنّه:

- نشاط بدنيّ (رياضة للجسم).
- نشاط ذهنيّ ينمّي الطفل من خلاله:
  - التفكير الإبداعي.
  - التفكير التحليلي.
  - الاعتماد المتبادل بين الأقران.
  - التركيز.
  - الاعتماد على الذات.
  - تحفيز الذاكرة.
- يطوّر الذكاء التخيلي، وهو أحد أهم أنواع الذكاء الذي سنتحدث عنه بالتفصيل لاحقًا.
- يعزّز الصداقات وبناء العلاقات.

- ينمّي الروح الرياضية، بحيث يتعلم طفلك كيف يتفاعل بصورة ملائمة في مواقف مختلفة كالربح والخسارة.

- يساهم في بناء مهارات التواصل والمهارات الاجتماعية، وبالتالي تتكون لديه جاهزية أكبر للمستقبل.

- ينمّي الشخصية القيادية، من خلال لعب الأدوار وتبادلها في أثناء اللعب واختبار مشاعر متنوعة.

- يمنحه فرصة لتفريغ الطاقة والهدوء والتأمل.

أنشطة لتطوير ذكاء الطفل:

- لعبة تخمين الأطعمة:

قم بتغطية عيني طفلك بقطعة من القماش، ودعه يخمّن الطعام الذي تقدّمه له بتذوقه.

- لعبة بطاقات الذاكرة ومطابقة الصور.

- لعبة خمّن ماذا يوجد داخل الصندوق:

أحضر كرتونًا فارغًا وقم بعمل فتحة بحيث تدخل فيها يد طفلك فقط، وضع له أشياء في داخل الصندوق ليتحسّسها ويتعرّف إليها بالتخمين.

- لعبة الجينقا:

يمكنكم شراء هذه اللعبة من المكتبات أو محلّ ألعاب الأطفال. وهي مجموعة من قطع الخشب تُبنى على شكل برج وتعتمد على التركيز العالي والدقة في حركة اليد بحيث يجب على اللاعب سحب أعمدة الخشب من دون أن يقع البرج.

- لعبة خيال الظل:

نستعين فيها بحركات اليد لتكوين ظلال على شكل الحيوانات وغيرها لنسج قصص أو مسرحيات.

- هناك العديد من ألعاب الذكاء الجاهزة في المكتبات يمكنكم الاختيار منها ما يتناسب مع مرحلة طفلكم العمرية.

- لعبة مَنْ صاحب الشخصية:

يقوم فرد من أفراد العائلة بتقديم مواصفات عن شخصية معينة وأفعال متعلقة بها، ويقوم باقي أفراد العائلة بمحاولة اكتشاف هذه الشخصية.

- لعبة من دون كلام:

توضع مجموعة بطاقات تحوي على أمثال أو حكم، ويحاول أحد الأفراد شرح هذه الأمثال بلغة الإشارة وعلى البقية معرفة محتوى البطاقة.

- ألعاب الليقو:

تتميّز ألعاب الليقو بالاحتمالات اللامحدودة لطفلك لإنتاج تصميمه الخاص، مما يساعده في تطوير الذكاء الخيالي إلى جانب الذكاء الهندسي لديه.

- الألعاب التي تعتمد على محاكاة الحِرف الحقيقية كأدوات الطبيب وعدة المختبر وأجهزة الميكانيكي، وكذلك تلك التي تنمي المهارات اليدوية كاللعب بالصلصال.

كما أنّ هناك العديد من الألعاب التي يعتمد بعضها على المبادئ الفيزيائية، والبعض الآخر على سرعة البديهة، وكلّها تصبّ في نصب الهدف المطلوب.

وعلى الإنترنت تجدون عددًا كبيرًا من التطبيقات التي تساهم في تعليم الأطفال وتنمية ذكائهم، اختاروا المناسب منها ولكن بحرص؛ لما تحتويه بعض هذه المواقع من خاصية الإعلانات أو الدردشات.

ومضة (2):

لا يتوقف الناس عن اللعب لأنـهم كبروا،

بل يكبرون لأنـهم توقفوا عن اللعب..

أوليفر وندل هولمز

ثالثًا: مخ الطفل

آلية عمل مخ الطفل:

بداية دعونا نتحدث قليلًا عن مخ الإنسان وطريقة عمله، فعندما نريد أن نتعامل مع إمكانات المخ ورفع فعالية وظائفه، علينا أولًا أن نفهم الطريقة التي يعمل بها.

إنّ خلية المخّ هي أهم وحدة حيوية في مخ طفلك، وإنّ كلّ خلية من خلايا المخ تحتوي على آلاف الشعب والمجسّات، وكلّ واحدة من تلك المجسّات تحتوي على آلاف الزوائد العصبية، وتلك الزوائد هي بمثابة الوصلات التي تربط بين خلايا المخ، وكلّ واحدة من هذه الآلاف المؤلفة من الزوائد العصبية تحتوي بدورها على الآلاف من الحزم التي تحتوي على مواد كيمياوية، وتلك الحزم هي بمثابة الموصل الذي ينقل الرسائل العصبية بين خلايا المخ، فالمخّ يحمل كلّ المعلومات الموجودة في كلّ فكرة وكلّ تجربة تعلّم وكلّ ذكرى، يحملها أو سوف يحملها طفلك طوال حياته.

شهد عام 1989 قفزة كبيرة في فهمنا لروعة خلية المخ، وقد حدث ذلك عندما قام معمل "ماكس بلانك لابراتوري" في سويسرا بتصوير خلية مخ لأول مرة في التاريخ. وما ظهر تحت المجهر صدم الجميع وأذهلهم، فهذه الخلية تتسم بكيان معقّد بالغ الذكاء وقابل للحركة. كانت تلك الخلية تفتش بدقة شديدة ولم تترك حتى ذرة، بحثًا عن المعلومات والروابط.

وهذا البحث عن الترابط ينعكس على البنية المعقدة لمخ الطفل عندما يتم تحفيزها بطريقة صحيحة، ويقع هذا الدور الكبير على عاتق الوالدين أو المربي كقوى موجهة في تغذية هذه الروابط.

وهنا تثبت أهمية الأساليب المستخدمة في تقديم المعلومة للطفل وتكوين سلسلة معلوماتية مترابطة يسهل عليه استدعاؤها ومنها:

- بناء المعلومات على خبرات سابقة.

- البناء الهرمي للمعلومات بحيث نبدأ بالمعلومات البسيطة ثم نبني الأكثر تعقيدًا عليها.

- استخدام الخرائط الذهنية.

- ربط المعلومات بالصور والموادّ المحسوسة (المدرسون الذين يعتمدون في تدريسهم على الرسومات والرموز البيانية والتصويرية يبلغون مدًى أوسع وأعمق في اكتساب المتعلمين المعلومات).

- ربط المعلومات بالأنشطة.

- الرسم التخطيطي (كثير من البارزين في التاريخ، مثل داروين، وأديسون، وفورد، استخدموا الرسوم البسيطة لبناء أفكارهم وتنميتها).

النصف الأيمن والنّصف الأيسر للمخ:

من الأمور الأخرى التي ستساعدك في تنمية ذكاء طفلك وتطوره هي التعرف على طريقة عمل النصفين الأيمن والأيسر لمخ طفلك. هذه الدراسة التي غيّرت الطريقة التي ينظر بها العالم إلى المخ، قام بها العالم البارز البرفسور "روجر سبير" والتي حصل بفضلها على جائزة نوبل.

فقد اكتشف أنّ المخ يصنف الأنشطة إلى فئتين مختلفتين، حيث كان النصف الأيمن من المخ مسؤولًا عن مجموعة من الأنشطة، وكان النصف الأيسر مسؤولًا عن مجموعة أخرى من الأنشطة. وبوجه عام، يصبح النصف الأيسر نشطًا عندما يبدأ المخ في التعامل مع المنطق والحساب والتحليل والكلمات والأرقام. أما النصف الأيمن فهو ينشط عندما يحتاج المخ التعامل مع الخيال والمشاعر والعواطف والفنون والألوان.

ومن منطلق هذه الدراسة التي قام بها البروفسور "روجر سبيري" أجريت دراسة أخرى بالغة الأهمية قام بها كلٌّ من البروفسور روبرت أورنشتين"، والدكتور "روبرت بلوك"، وأستاذ الذاكرة "توني بوزان"، وعلماء آخرون، أظهرت أنّ تنمية مجموعتي الأنشطة الخاصة بكلّ نصف من نصفي المخ بشكل متناغم تؤدي إلى مضاعفة القدرات الأساسية التي خلق بها المخ؛ نتيجة لتضافر هذه القدرات وانسجامها في أثناء عملية تنميتها وتطويرها، والتي يطلق عليها غالبًا (العملية الكاملة لنموّ المخ والتفكير).

وقد تم إثبات هذه الدراسة من خلال أعمال العباقرة، أمثال: (ألبرت أينشتين- ليوناردو دافنشي- مايكل أنجلو)، الّتي أثبتت بأنّهم يدمجون بين المنطق المتمثّل في القسم الأيسر من المخ والخيال وأحلام اليقظة المتمثّلة في الجزء الأيمن منه.

أما المعلومة الثانية بخصوص النصفين الأيمن والأيسر للمخ، فهي أنّ النصف الأيمن من المخ يتحكم بعضلات الجزء الأيسر للجسم. في حين أنّ النصف الأيسر للمخ يتحكم بعضلات الجزء الأيمن للجسم.

فعندما تأكل بيدك اليمين مثلًا، ذلك عمل الجزء الأيسر للمخ.

الأغلبية منّا تعتمد على الجزء الأيمن من الجسم في أداء المهمات اليومية، تاركين الجزء الأيسر كمساعد لها فقط.

في حين أنه فعليًا كلا الجانبين من جسمنا بإمكانهما العمل بنفس الفعالية والإتقان إذا ما قررنا تدريب الجزء الأقلّ استخدامًا لترتفع قدراته وتكون بفاعلية الجزء الأساسي لدينا، والدليل على ذلك تجد مثلًا أنّ أغلب الناس الذين تعرضوا لفقد أحد أعضائهم يمكنهم تدريب الأخرى لتقوم تدريجيًّا بامتلاك قدرات العضو المفقود.

الخلاصة:

إنّ جميع الأطفال يولدون بقدرة على استخدام كلا العضوين، بغضّ النظر عمّا يفضلونه، فإنّ أجسامهم مصمّمة على أن تعمل بطريقة متوازنة ومتكاملة.

لذا مثلًا إذا وجدت طفلك يبدع باستخدام جزء واحد من جسمه تخيّل مقدار الإبداع الذي سيملكه لو أشرك الجزء الآخر أيضًا.

من المبدعين الذين اشتهروا باستخدام كلتا اليدين: ليوناردو دافنشي ومايكل أنجلو. وعُرف عن مايكل أنجلو أنه عندما كان يتعب في أثناء النحت، كان يريح إحدى يديه ويستخدم الأخرى ببساطة ويستمرّ في عمله.

الملاكم العالمي محمّد علي كلاي كان يتميّز بكفاءة يديه معًا في أثناء الملاكمة، فالخصم لا يعرف من أيّ يدٍ ستأتيه اللكمة.

أخيرًا، فإنّ الإمكانات المتنوّعة والتميّز موجود داخل كلّ طفل، اكسر معتقداتك القديمة التي من شأنها أن تضع القيود أمام طفلك وافسح له المجال في تطوير قدراته في استخدام كلتا يديه والنطاق الكامل من المهارات التي خلق بها، عن طريق تدريبه في أداء المهمّات المتنوعة بالتناوب بين أعضاء الجسم.

ومضة (3):

العقل الجيّد والقلب الجيّد خليط سحري للنجاح.

نيلسون مانديلا

مساحة للتخطيط

كيف تنوي الاستفادة من المعلومات التي جمعتها عن مخ الطفل في تحفيز ذكاء طفلك؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

رابعًا: أنماط التعلم

وتعني الطريقة التي يستقبل بها الشخص المعلومات الجديدة ويفهمها، وتستند هذه النظرية على فكرة أنّ لكلّ شخص منّا نمطًا وطريقة مفضلة لفهم واستقبال المعلومات الجديدة لتصل إلى ذهنه بشكل أسرع وأفضل. وهناك ثلاثة أنماط تعلّم: بصري - سمعي- حركي. وإذا تمكنّا نحن كمربّين من فهم نمط تعلم أطفالنا سيساعدنا ذلك كثيرًا في إيصال المعلومة لهم بالطريقة المناسبة فنوفّر على أنفسنا الجهد وعلى أطفالنا المشقة.

ففي كثير من الأحيان يفكر المربّي: على عدد المرات التي قمت بشرح الدرس لطفلي إلّا أنه لم يفهم مشكلته! في حين يجب أن يكون السؤال: ما الذي لم أفهمه أنا عن طفلي لأوصل المعلومة له بالشكل الصحيح؟

نبذة عن الأنماط الثلاثة:

النمط البصري: يتعلم بشكل أفضل بالمشاهدة، هذا النمط يحتاج أن يرى لغة الجسد وتعابير الوجه ليفهم بشكل أفضل، ففي الفصل مثلًا يفضل جلوسهم في المقاعد الأمامية حتّى لا يتشتت تركيزهم. أيضًا يتعلمون أفضل من خلال الصور والأشياء التي يتم عرضها أمامهم، كالخرائط الذهنية، الرسم التخطيطي، الكتب المصورة، عروض البوربوينت، مقاطع الفيديو، وما على شاكلتها.

خصائص نمط المتعلّم البصري:

- يحتاج أن يرى الأشياء ليعرفها.
- يتذكر ما يقرأه أو يكتبه.
- يتذكر الخرائط والأشكال والعروض البصرية.

- يواجه صعوبة في الاستماع إلى المحاضرات.

- يفضل أن يرافق الحديث عن المواضيع صور وأشكال توضيحية.

- يميل إلى الهدوء ولا يتكلم كثيرًا.

- يفقد صبره في المواقف التي تتطلب الاستماع لفترة طويلة.

- خياله واسع.

النمط السمعي:

يتعلم بشكل أفضل عن طريق السمع كالمحاضرات، المناقشات، والحوار حول المواضيع. فالاستماع إلى ما يقوله الآخرون هو طريقته في التعلم. أصحاب النمط السمعي يتأثّرون بنغمة الصوت، حدّته، تلوينه، سرعته، وغيرها من مواصفات الصوت الدقيقة. غالبًا ما يستفيد أصحاب النمط السمعي من القراءة بصوت مسموع.

خصائص نمط المتعلّم السمعي:

- تعلّمه يكون في أفضل صوره عندما يوظف حاسة السمع.

- يواجه صعوبة في اتّباع التوجيهات الكتابية.

- يتذكر نسبة كبيرة من المعلومات التي يسمعها.

- يتشتت انتباهه بسهولة في المواقف التي يسود فيها الإزعاج.

- يصعب عليه أن يعمل بهدوء لفترة طويلة.

- يتذكر الأشياء التي يقولها بصوت مسموع ويكرّرها لفظيًا.

النمط الحركي:

ويعرف أيضًا باسم "المتعلمون عن طريق اللمس". قد نجد أصحاب النمط الحركي يواجهون صعوبة في الجلوس لفترات طويلة، وعند إرغامهم على ذلك يجدون صعوبة في الحفاظ على تركيزهم معك لحاجتهم إلى الحركة والاكتشاف. أصحاب النمط الحركي يفضلون الأنشطة التي تتطلب الحركة، والتواصل المباشر، والأشياء التي يمكنهم اكتشافها والعمل عليها عن طريق اللمس.

عزيزي المربّي، إذا كان طفلك من أصحاب النمط الحركي، لا تجبره على الجلوس من دون حركة في أثناء تدريسك له، قد يفاجئك أنّ طفلك يفهم منك في أثناء حركته أكثر ممّا لو كان مجبرًا على الجلوس.

خصائص نمط المتعلم اللمسي/ الحركي:

- تعلّمه يكون في أفضل صورة عندما يفعل الأشياء بيديه.
- يستمتع بالدروس التي تتضمن أنشطة عملية.
- يواجه صعوبة في الجلوس بهدوء.
- لديه تآزر حركي جيّد وقدرات جسمية ورياضية جيدة.
- لا يجيد فنّ الاستماع.
- لا تشدّه كثيرًا العروض البصرية.

ملاحظة:

حاول معرفة نمط تعلم طفلك عن طريق استخدام طرق مختلفة أو استراتيجيات متنوعة في أثناء تعليمه، تعتمد على أنماط تعلم مختلفة، ولاحظ أيًّا من هذه الاستراتيجيات أتت بنتائج أفضل وأسرع مع طفلك لتتمكن من خلالها تحديد نمط تعلّمه. في المدارس مثلًا ينصح بالتنوع في استخدام الاستراتيجيات التعليمية لضمان وصول المعلومة للأطفال على مختلف أنماط تعلمهم.

أنت كذلك سيفيدك معرفة نمطك في التعلم لتوفر وقتك في أثناء تعلمك شيئًا جديدًا، بالإضافة إلى رفع مستوى الفائدة المرجوة من الشيء الذي ترغب في تعلمه.

ومضة (4):

لا شيء يُعطى للإنسان تلقائيًا، لا المعرفة، ولا الثقة بالنفس،
ولا السَّكينة الداخلية، ولا الطريقة الصحيحة لاستخدام العقل،
فكلّ قيمة يحتاجها أو يريدها الإنسان عليه اكتشافها، تعلّمها واكتسابها.

آين راند

مساحة للتخطيط

ما نمط تعلّم طفلك؟

وما الاستراتيجيات التي تنوي استخدامها لرفع فعالية تعلم طفلك؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

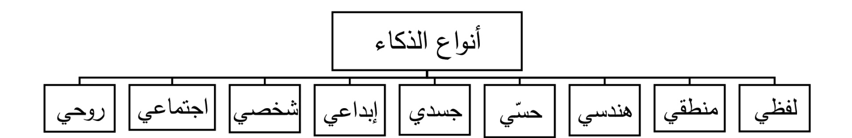
....

خامسًا: الذكاءات المتعددة

إنّ ما يميز المخ البشري أنّ لديه أكثر من حاصل ذكاء واحد، فنجد البعض يتميّزون بجوانب معينة أكثر من غيرها، فالبعض نجده يتصف بدرجة عالية بالتميز في الانخراط الاجتماعي، ولكن نجده أقلّ من درجة متوسطة في التفكير المنطقي، وعلى غرارها قس. وحينما نتناول ذكاءات المخ على عدة أقسام يتيح لنا ذلك سهولة تطويرها، كلٍّ على حده، وكذلك مراعاة الفروقات الفردية لدى كلّ طفل، وبالتالي معرفة الطريقة الأقرب والأسهل له لاستيعاب المعلومات الجديدة.

ومن المفيد جدًا أن نشرح لأطفالنا عن الذكاءات المتعددة، فما يميّز نظرية الذكاءات المتعددة أنه يمكن شرحها حتى للأطفال لمن هم في بداية المرحلة الابتدائية ليعرفوا بأنّ لكلّ شخص منّا ما يميّزه، وإن كان هناك جوانب ضعف لديه، فيساعده ذلك في تكوين حصانة لثقته بنفسه.

وسنناقش في هذا القسم أنواع ذكاء الطفل المتعددة التالية:



أولًا: الذكاء اللفظي

يتضمن الذكاء اللفظي معرفة الكلمات تحدثًا وكتابة، وتوسعها وتشعبها في دائرة مفرداتها وتراكيبها وإيقاعها وتصريفها وتوظيفها في الجمل. وعلى سبيل المثال، فإنّ الخطباء، الأدباء، الكتّاب، الشعراء، والصحفيين يمتازون بالذكاء اللفظي.

الذكاء اللفظي يخدم الطفل على صعيد ذاتي كالتعبير عن نفسه، وعلى الصعيد الاجتماعي في التواصل مع الآخرين، ومستقبلًا على صعيد المدرسة والجامعة وفي الحياة المهنية. بحيث يكون

شخصًا مفوّهًا، ولا يواجه صعوبة في مواكبة المصطلحات الجديدة وربطها ببعضها بعضًا مع المخزون الكامن لديه، فالتواصل هو جوهر الحياة البشرية.

كيف نطوّر الذكاء اللفظي؟

هذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء اللفظي لابنك:

- حينما يحاول طفلك أن يتكلم، لا تحاول أن تتمّ له جملته لتساعده، بل اصبر، وانظر إليه مباشرة، استمع له باهتمام، عقِّب على كلماته، وأخيرًا حاول تصحيح الكلمات التي أخطأ بها بصورة غير مباشرة، مثال: عندما يقول أريد (صير)، قل له: فهمت عليك، تريد عصير.

- عندما تشاركه اللعب، لا تلتزم الصمت وحاول أن تثير محادثات ومصطلحات جديدة لم يسمعها من قبل ليتمكن من اكتسابها.

- لا تحاكيه في طريقة كلامه، أي أن تنطق الكلمات خطأ كما ينطقها هو، فبهذه الطريقة سيستمر في نطق الكلمات بطريقة خاطئة ولن يتعلم اللفظ الصحيح لها.

- حاول أن ترتقي تدريجيًا بلغتك مع طفلك، أي حينما تتحدث معه حاول أن تغني مخزونه بمفردات جديدة تتعلّق بالكلمات المعروفة سابقًا لديه، تمامًا كما تعلمنا في القسم السابق في طريقة عمل المخ (البناء المعلوماتي الهرمي، نبدأ بالمعلومات السهلة ثم نتدرج بالمعلومات الأكثر تعقيدًا).

  مثال: إذا علّمته كلمة (حيوانات) علّمه بعدها الحظيرة، ثم سور الحظيرة، وهكذا.

- حتى مع الطفل الذي لم يبدأ بالتحدث بعد، فهو في مرحلة تكوين مخزون لغوي، لذلك عند وجود طفلك معك في نفس المكان قم بالتحدث عمّا تفعله.

مثال: أنا الآن سأرتّب غرفة الجلوس، سأضع أولًا المخدات في أماكنها، ثم سأتجه إلى المطبخ لتحضير وجبة الغداء للعائلة... إلخ.

- بناء الجمل. حينما يشاركك طفلك الحديث بجمل بسيطة، شاركه أنت بإضافة تراكيب أعمق وأطول للجمل.

مثال: حينما تقول ابنتك وردة جميلة. قل لها: نعم إنّها وردة جميلة، لونها أحمر ولها رائحة زكية.

ومع الأصغر عمرًا، حينما ينطق بكلمة واحدة ولا يستطيع أن يكملها ساعده في توظيفها في عدة صيغ.

مثال آخر: عندما يقول: خبز! أقول له: هل تريد الخبز؟ لتشجيعه ويشعر بأنه على الطريق الصحيح في التواصل.

- استفدْ من فرص التنزه، والتسوق، ووقت ركوب السيارة في طرح عدد من المفردات الجديدة، فمن السهل تخزين المفردات عندما يتمّ ربطها بالصور أو الأشياء الموجودة أمامه.

- حفظ الأناشيد كذلك يساهم في مرونة النطق باللسان وزيادة الحصيلة اللغوية.

- اجعل من سرد القصص جزءًا من الجدول اليومي، واحرص أن يكون أسلوبك مشوقًا يتخلله التلوين الصوتي، عبر ملامح وجهك، ومثّل المشاعر الموجودة في القصة وعلّمه أسماءها. اطرح عليه الأسئلة وناقشها معه، اقرأ بتفاعل واربط المفردات اللغوية الجديدة بمفردات سابقة، حلل معه أحداث القصة وأعطه الفرصة لنقدها والتعبير عن رأيه فيها.

- خصص أوقاتًا للتحدث والتواصل مع طفلك، كسرد أحداث اليوم، أو طرح مواضيع عامة للحديث عنها.

- احرص على ربط الكلمات بالصور، من خلال الاستعانة بالكتب المصورة، ومع مرور

الوقت ستصبح الصور غير ضرورية في الكتب التي يقرأها، وسوف يخلق هو في خياله الصور التي تثيرها الكلمات التي يقرأها.

- عرّض طفلك لمجال واسع من الكلمات شفهيًا وكتابيًا على حدٍّ سواء، وأن تكون عملية تنمية المفردات والتلاعب بالكلمات وأوزانها وقوافيها من الأنشطة الممتعة في العائلة، كأن يأتي أحد الأفراد بكلمة، مثل: حليب، وعلى الآخرين الإتيان بكلمة على وزنها، مثل: طبيب، زبيب، وهكذا.

- شجّعه على قراءة القصص ثم روايتها بأسلوبه.

- علّم الطفل القرآن وساعده في حفظه لما له من أثر بليغ في تنمية الذكاء اللفظي، ولما يتمتع به أسلوب القرآن من البلاغة والفصاحة والدقة في التعبير.

- شجّعه على تعلّم لغة جديدة، فالطفل لديه الاستعداد والقدرة لتعلم لغات إضافيّة.

ومضة (5):

اللسان الطيّب سلاح فعّال.

توماس فولر

مساحة للتخطيط

ما خطتك التي ستتبعها لتطوير ذكاء طفلك اللفظي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ثانيًا: الذكاء المنطقي

ويسمى أيضًا بالذكاء الرياضي، ويشير هذا النوع من الذكاء إلى قدرة المخ على معالجة الوظائف المتعلقة بالأرقام والعمليات الحسابية والتفكير باستعمال الاستنتاج وكذلك القدرة على حلّ مشكلات منطقية أو معادلات. ويُعدّ أحد مهارات الحياة البالغة الأهمية لارتباطه بأبسط الأمور الحياتية كعمليات الشراء في أثناء التسوق إلى الأمور الأكثر تعقيدًا وصولًا إلى النجاح في أيّة مهنة.

وحديثًا عن أهمية الذكاء المنطقي أذكر لك مقولة العالم جاليليو، أحد أهم علماء القرن السابع عشر في الرياضيات والفلك: "إذا عاد بي الزمن حيث كنت أبدأ تعليمي، سأتبع نصيحة (أفلاطون) وأبدأ بدراسة الرياضيات".

كيف نطوّر الذكاء المنطقي؟

هذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء المنطقي لابنك:

- احرص على تعليم طفلك العدّ بسهولة قبل أن يلتحق بالمدرسة، ممّا سيساهم ذلك في تعزيز ثقته وحماسته وقبوله للدروس المتعلقة بالحساب.
- شجع الطفل على الربط بين الأشياء بعلاقة ما (الحجم - اللون- الشكل- الوزن...).
- احرص على تعليم طفلك العمليات الحسابية الذهنية البسيطة منذ حداثة سنّه.
- درّبه على مهارة تخمين النتائج واستثارة التفكير المنطقي لبعض المهارات الحسابية، أو الفيزيائية البسيطة كأثر الأوزان، الأحجام، ودور التوازن، وغيرها.
- أجرِ التجارب وحاول استقراء نتائجها.

- اجعل من حلّ الألغاز الحسابية وقتًا للتسلية تقضيه مع طفلك.

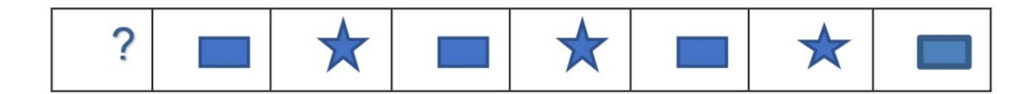
- عندما تبدأ بتعليم طفلك الصغير الأمور الحسابية اربطها بالأشياء المرئية أو المحسوسة أو الألعاب الحسابية، فالأطفال يتعلمون أفضل وأسرع عندما تربط النظري بالمحسوس.

- اترك لطفلك فرصة أولوية شراء حاجياته وحساب ثمنها بنفسه.

- درّبه على نظرية الأنماط العددية أو الشكلية، بحيث يحاول الطفل التعرف على الخلل أو التناقض في نمط معيّن، ممّا ينمي التفكير المنطقي لديه، مثال للنمط العددي:

[1.3,5,7,10] (النمط هنا إضافة +2 لكلّ عدد، والخلل في رقم 10 بحيث زاد بإضافة +3).

كذلك يمكن تطبيق الأنماط عن طريق الأشكال في عمر مبكر للأطفال، **مثال**:



ثم تسأله: ما الشكل التالي الذي سيأتي في نهاية النمط؟

- حاول بالمتابعة المستمرة والمحفزة دائمًا، أن يجد طفلك نفسه متقدمًا في دراسة المواد الحسابية؛ حتّى لا يشعر بالنفور تجاهها، بل يشعر أنّها نقطة قوته ويُقبل عليها.

- كن قدوة، دعه يجدك مهتمًا بالأمور المتعلقة بالتفكير المنطقي ولا تنتقد المواد الحسابية أمامه أو تشاركه مشاعرك السلبية والصعوبة التي كنت تواجهها مع هذه الموادّ.

- عند رغبته أشركه في الأندية الحسابية، التي تعتمد على أساليب مبتكرة وممتعة في تعليم سرعة الحساب والعمليات الحسابية الأخرى.

- استخدم برامج الكمبيوتر كبرامج الأوفس (الورد- الأكسل- بوربوينت) أو برامج

التصميم، فهي تساهم في تنمية الذكاء المنطقي لدى طفلك.

- وضّح له أهمية علم الرياضيات والمنطق وارتباطه بالأمور الحياتية من حوله، مثال: عند عملية الشراء، وعند قيامنا بالطبخ نحتاج لمعرفة المقادير، وكذلك عند مرضنا نحتاج لمعرفة الأرقام والقياسات لأخذ الجرعة المناسبة من الدواء.

ومضة (6):

التعليم هو أقوى سلاح يمكنك استخدامه لتغيير العالم.

نيلسون مانديلا

مساحة للتخطيط

ما خطتك التي ستتبعها لتطوير ذكاء طفلك المنطقي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ثالثًا: الذكاء الهندسي

الذكاء الهندسي أو ما يعرف بالذكاء المكاني، يسمح هذا الذكاء لطفلك بالدخول في عالم واسع ممتع وعجيب للأبعاد الثلاثية، ويشمل هذا النوع من الذكاء عدة مجالات، وهو القدرة على الاستيعاب عن طريق الصور وتشكيلها، والقدرة على استيعاب العالم المرئي بدقّة وإعادة تشكيله بصريًا ومكانيًّا في الذهن أو على الورق، حتى إننا نجد أغلب المهن تتصل بشكل مباشر أو غير مباشر بالذكاء الهندسي، كمهنة كلّ من الرسام، النحات، المهندس، البحار، الطيار، وغيرهم.

كيف نطوّر الذكاء المكاني؟

هذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء المكاني لابنك:

- ركّز على المهارات المكانية الملموسة من خلال بناء الأشياء، كاللعب بقطع الليقو، أو مكعبات الأشكال الهندسية، ألغاز الصور المقطعة، ألعاب الدومينوز أو بعض الألعاب الإلكترونية التي يستدعي الفوز بها التفكير المكاني وغيرها من الأنشطة.

- شجع فضول طفلك لمعرفة كيفية عمل الأجهزة والأشياء، باستثمار الأجهزة القديمة وتفكيكها، واشرح له مبادئ بسيطة عن كيفية عملها، ومن ثم محاولة إعادة تركيبها، واحرص أن يكون ذلك تحت إشرافك إذا لم يكن طفلك في العمر المناسب بعد لكيلا يضع القطع الصغيرة في فمه.

- حاول قدر الإمكان تشجيع طفلك على اقتناء الألعاب التي تحفّز نمو الذكاء الهندسي، وشجعه على دمج الألعاب مع بعضها بعضًا، لتطوير إبداعه وتنمية مخيلته في الذكاء الهندسي، كما يمكنك تحديد الأدوات المنزلية المسموح له استعارتها في دمجها مع ألعابه، أو لصنع ابتكارات جديدة، أو ألعاب جديدة كصنع الدمى أو بيت لها، أو حافظة نقود خاصة فيه، وغيرها من الخيارات غير المحدودة.

- علّمه مهارات جديدة كقراءة الخرائط، الجهات في البوصلة، كلّفه بمسؤولية إرشادك للجهة التي تريد الوصول إليها عن طريق تتبع جهاز الملاحة.

- اجعله يألف استخدام الأجهزة العلمية الآمنة، مثل: التلسكوب، أجهزة قياس الحرارة، الميزان، والمجهر، وغيرها.

- شجّع طفلك على مبدأ إعادة التدوير، وكن قدوة له في ذلك، فبالإضافة إلى أنّ ذلك يعلّمه المحافظة على البيئة، سيحفّز عقله في التفكير بالاحتمالات الممكنة في إنتاج أشياء جديدة ومفيدة من الأشياء المستخدمة أو التالفة.

- دعه يساعدك في صفّ مشتريات المنزل كالأطعمة، وأرشده إلى كيفية صفّها بطريقة يستغلّ بها المسافات وفي نفس الوقت يكون من السهل الوصول إليها.

- يُعَدّ اللعب بالرمل وبناء المدن وأحيائها وشوارعها، أو القلاع وأسوارها، مادة خصبة لتطوير الذكاء الهندسي والتخيّلي لدى الطفل.

ومضة (7):

حيثما هناك مادة، هناك هندسة.

يوهانس كيبلر

<u>مساحة للتخطيط</u>

ما خطتك التي ستتبعها لتطوير ذكاء طفلك الهندسي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

رابعًا: الذكاء الحسّي

الحواس بمثابة النافذة التي يطلّ منها الطفل على العالم الخارجي، والأداة التي تصله بالكون من حوله. هذا النوع من الذكاء يتضمّن الحواس الخمس، وتعتبر كلّ حاسة من هذه الحواس فرعًا من فروع الذكاء الحسي التي من الممكن تنمية إمكاناتها كلٍّ على حدة:

حاسة اللمس:

الجلد يمثّل أكبر عضو حسّي لطفلك، فهو يُعدّ أداة اتّصاله مع العالم الخارجيّ، فهو قادر على تمييز ملمس عدد لانهائي من الأشياء، وتمييز درجات الحرارة المختلفة.

أفكار لتنمية حاسة اللمس:

- درّب حاسة اللمس عند طفلك بأن تجعله يختبر سطوحًا مختلفة وأنواعًا متعددة من الأنسجة، ناقش معه الاختلافات بينها، وعرّفه بأسمائها.
- اعتنِ بصحة جلد طفلك، وتابع حالته الصحية عند تعرضه لطفح جلدي أو غيرها من أمراض الجلد.
- اغتنم فرصة تغيّرات الطقس واستشعار درجات حرارة الجوّ المختلفة وعرّفه بأسمائها.
- مارس التواصل الحّسي مع طفلك عن طريق اللمس والاحتضان.
- شاركه لعبة تخمين الأشياء عن طريق اللمس، كأن تضع لعبة أو أيّ شيءٍ داخل صندوق، ويحاول طفلك عن طريق اللمس أن يتعرّف إليه.
- إذا كان طفلك في عمر مناسب أعْطِهِ مساحة لتناول الطعام بيده، وإن كان سيسبّب لك

فوضى، إلّا أنّ في ذلك تطويرًا للتآزر البصري الحركي، وتواصلًا بين حاسة اللمس، وحاسة التذوّق.

حاسة التذوق:

نستطيع أن نشبّه حاسة التذوق بالمعمل الكيميائي الصغير داخل فم طفلك، والمخ يولي أهمية كبيرة لجهاز التذوق، فهو يُعدّ مؤشّرًا دفاعيًا في حال أكل طفلك طعامًا فاسدًا أو متعفّنًا، فيرسل المخ إشارة بعدم تقبّلها، وممّا يميز حاسة التذوق أنّها مرتبطة بحاسة الشم، والعكس كذلك.

أفكار لتنمية حاسة التذوق:

- حفِّز حاسة التذوق لدى طفلك، عن طريق تجربة أنواع مختلفة من الأطعمة.

- بعض المربين يبالغون جدًا في حماية أطفالهم في تذوق بعض الأشياء خوفًا من الجراثيم، مع أنّ طبيعة أغلب الأطفال في مراحلهم الأولى يكتشفون الأشياء عن طريق وضعها في فمهم وتذوقها، فتراهم يضعون الألعاب في فمهم وصحن الطعام وغيرها من الأشياء، ما دامت آمنة لا تبالغ في انتزاعها منه، فسبحان الله الذي خلق للإنسان جهازًا مناعيًا أقوى من أن يتأثر بهذه السهولة.

- يمكنك أن تلعب مع طفلك لعبة التذوق، بحيث تغطي عينيه بقطعة قماش ثم تجعله يخمّن الشيء الذي تذوقه.

- اِسأله عن عدد المكوّنات التي يمكنه اكتشافها في الوجبة التي يتناولها.

- ولتحفيز كلّ من حاستي الشم والتذوق في الوقت نفسه، اِسأله إذا كان يمكنه توقّع نكهة الطعام من رائحته.

حاسة الشمّ:

نجد الأطفال منذ ولادتهم يعتمدون على حاسة الشمّ في معرفة الأشياء من حولهم، كمعرفتهم لرائحة الأمّ، أو لرائحة الحليب.

تُكوّن حاسة الشم جزءًا رئيسًا من ذاكرة الإنسان، حتى تجد نفسك ترجع بك الذاكرة إلى أمر ما أو مكانٍ ما حينما تشم روائح معينة، مثل رائحة البخور، قد تذكّرك برائحة منزل الجدّ، أو رائحة المعقّمات التي قد تذكّرك برائحة المستشفيات، وهنا تكمن قوة حاسة الشم.

أفكار لتنمية حاسة الشم:

- اجعل من الطبيعة مختبرًا لحاسة الشم عند طفلك، دعه يكتشف الأشياء ويربطها بروائحها، وألوانها، وأشكالها.

- شاركه لعبة الروائح مع تعصيب العينين بأن يشمّ أحد أفراد العائلة ويحاول أن يكتشف لمن تعود هذه الرائحة، أو أن يشمّ بعض الأطعمة ويحاول أن يكتشف نوع الطعام.

- اِجعله يشمّ عددًا من الروائح ثم يقوم بترتيبها بحسب ما قام بشمّه أولًا.

حاسة السمع:

تُعَدّ حاسة السمع، حاسة استقبال ما يصدر عن المحيط الخارجي وهي تساعد الإنسان على تلقي المعلومات، وتكمن أهمية حاسة السمع في إمكانية التواصل بين الأفراد في المجتمع وإدراك للبيئة من حولنا. فلحاسّة السمع قدرة عجيبة في تحديد نوع البيئة التي يصدر منها الصوت نتيجة وصوله إلى الجهاز السمعي عن طريق اهتزازات، مما يساعد طفلك على كشف نطاقات هائلة وبيانات دقيقة جدًا في أدقّ الأصوات التي تصل إلى مسمعه.

أفكار لتنمية حاسة السمع:

- شجع طفلك على الإنصات لأصوات الطبيعة من حوله.

- دعه يختبر الأصوات التي تصدر من الأسطح المختلفة.

- إذا كنت تريد أن تستخدم الموسيقى في تنمية حاسة السمع لدى ابنك، اختر له موسيقى القرن الثامن عشر أو التاسع عشر التي تعتمد على تراكيب موسيقية معقدة، مثل موسيقى بيتهوفن، موزارت، وباخ.

- ضع أمامه بعض الأوعية مختلفة الأسطح ودعه يجرّب التطبيل عليها وعزف موسيقاه الخاصة، واكتشاف الأصوات المختلفة التي تصدرها الأوعية المختلفة بحسب حجمها والمواد المصنوعة منها.

حاسة النظر:

ولا يزال الإعجاز الإلهي في حاسة البصر يحيّر علماء اليوم الّذين يقفون عاجزين في إمكانية محاكاته، فعين الإنسان تعمل كآلة تصوير ترى كلّ شيءٍ مقلوبًا، ولكنها تضبط وضعه بصورة سحرية في مؤخرة المخ، حيث يتم تنظيم وتخزين كلّ ما يراه الإنسان وتسجيله وربطه في الذاكرة، وبمجرّد أن تظهر صورة الشيء أمام العين مرة أخرى يتم ربطه ببقية الحواس الأخرى. هل سبق لك أن رأيت ليمونة خضراء وسال لعابك لحموضتها؟

أفكار لتنمية حاسة النظر:

- من التمارين الجيّدة في تقوية حاسة البصر هي النظر الممتد في المساحات الكبيرة المفتوحة، كالغابات وشواطئ البحر والحدائق الكبيرة.

- تكوين عادات صحية عند استخدام الأجهزة الإلكترونية كتحديد وقت لها، وترك مسافة كافية عند النظر إليها. كما أنّ هناك تدريبات يمكنك تعليم طفلك عليها، فإذا كان من الأطفال الذين يجلسون فترة طويلة على الشاشات، يوجد العديد منها على شبكة الإنترنت، فقط تأكد أنّها من أحد المواقع الموثوقة.

- تمرين التركيز، دع طفلك يركز على شيءٍ قريب من العينين لفترة زمنية قصيرة لا تتعدّى بضع ثوانٍ، ثم دعه يركز على نفس الشيء من مسافة متوسطة، وبعد ذلك كرّر نفس الشيء لكن من مسافة أبعد. هذا التمرين يساعد على تقوية النظر وتدريب العينين.

- كما أنّ هناك أطعمة مفيدة للعينين، مثل: العنب الأسود، الخضراوات الورقية، المكسّرات، وغيرها، اِحرص على أن يتناولها طفلك، فالتغذية الصحية أساس الجسم السليم.
- مرّن عضلات عينيه بالنظر إلى الجهات المختلفة من زوايا العين.

ملاحظة:

شجع طفلك على مساعدتك في أثناء الطبخ، فالطبخ نشاط رائع لتحفيز الحواسّ الخمس جميعها في وقت واحد، فعندما تطبخ تلمس أنواعًا مختلفة من الأطعمة والأسطح، ويُعدّ تمرينًا جيّدًا للتآزر البصري والجسدي، عندما تقوم مثلًا بخلط الكعك أو تشكيل المعجنات، كما أنه يحفّز حاسة الشم والسمع والتذوق.

ومضة (8):

كلّ معرفتنا تبدأ من الحواس، ثم تعود إلى الفهم وتنتهي بالعقل،

لا يوجد شيء أعلى من العقل.

إيمانويل كانت

مساحة للتخطيط

ما خطتك التي ستتبعها لتطوير ذكاء طفلك الحسي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

خامسًا: الذكاء الجسدي

هو الذكاء الذي يتضمن قدرة الجسد على التفاعل بطريقة سليمة ومتزنة، مع نفسه ومع من حوله، وهو مرتبط بردود الفعل والاستجابات، والمرونة والسرعة والإدراك الدائم بأبعاد الجسد مع المحيط الخارجي ومسافاتها، فهو القدرة على التنسيق بين حركات الجسد والعقل لتحقيق هدف معيّن، وغالبًا ما يتمتع بهذا النوع من الذكاء كلٌّ من: الطبيب الجراح، والرياضي، أصحاب الأعمال اليدوية.

كيف نطوّر الذكاء الجسدي؟

وهذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء الجسدي لطفلك:

- شجع الطفل على ممارسة الرياضة بشكل عام.

- شارك طفلك في الألعاب التي تحتاج إلى نشاط حركي.

- العقل والجسد يسيران على خط واحد، لذا دعه يمارس الأنشطة التي تتطلب مشاركة الاثنين، مثل تلك التي تحتاج إلى توازن كركوب الدراجة، أو إلى التوافق البصري والجسدي كرمي السهام (المخصصة للأطفال)، والبولينق، وكرة السلة، أو التي تحتاج إلى سرعة البديهة وسرعة التخطيط ككرة القدم، وكرة التنس، والعديد غيرها.

ومضة (9):

الجسم القوي يجعل العقل قويًا.

توماس جفرسونو

مساحة للتخطيط

ما خطتك التي ستتبعها لتطوير ذكاء طفلك الجسدي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

سادسًا: الذكاء الإبداعي

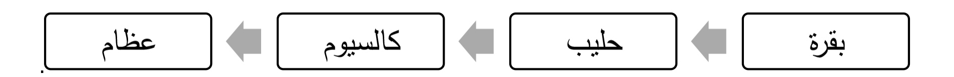
الذكاء الإبداعي يركز على العمليات الفكرية، وله ارتباط بأنواع الذكاءات الأخرى، وهو وسيلة لتوليد الأفكار الإبداعية التي تقود العقل إلى آفاق جديدة من التفكير والتعبير، ومن يتّسم بالذكاء الإبداعي تجد لديه غالبًا المقدرة على ابتكار حلول للمشاكل لم تكن مقترحة مسبقًا. وللأسف غالبًا ما تواجه أفكار المبدعين الرفض؛ لكونها جديدة وغير مألوفة.

كيف نطوّر الذكاء الإبداعي؟

وهذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء الإبداعي لابنك:

- ساعد طفلك على أن يحاول إنشاء روابط بين الأشياء، سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة عبر طرح أسئلة عن أوجه الشبه والاختلاف بين الأشياء، فهذه الروابط تلعب دورًا كبيرًا في تقوية الذاكرة لديه، وتؤدي إلى مرونة في تدفق الأفكار وتنمّي الإبداع لديه في البحث عن الروابط أو الحلول للمشكلات.

مثال:



شجّع ابنك على ممارسة هواياته كالرسم والموسيقى، وغيرها لاتصالها بالتفكير الإبداعي.

- يقول ألبرت آينشتاين: إنّ الخيال أهم من المعرفة، فالمعرفة محدودة، بينما الخيال يعانق العالم أجمع، مما يدفع عجلة التقدم، ويتمخض عنه التطور والارتقاء.

- الأطفال بطبيعتهم يتمتعون بالخيال الواسع ثم يأتي دور المحيطين به، إما بتشجيعه أو

إخماده. شجع طفلك على توليد الأفكار والصّور في خياله وساعده في توجيهها لتكون فكرة ذات فائدة، فكلّ الاختراعات التي تراها اليوم كانت بدايتها فكرة في خيال مبتكرها.

- حدّثه عن قيمة الخيال ومهارة حلّ المشكلات باعتبارها إحدى أهم الأدوات التي تستخدمها الإنسانية في مسار الإبداع. نَمِّ تلك المهارة عند طفلك، وعندما يقترح أفكارًا قد تبدو تافهة أو غير عملية، لا تحبطه بل ساعده في تنمية أفكاره، أو الإضافة عليها بحيث يضفي طابع الأهمية على ما يتخيّله.

- ساعده في تحريك مخيّلته عن طريق لعبة رسم الأوصاف، أي أن تقوم بإعطاء طفلك مواصفات لشيء من دون ذكر اسمه، لإنسان أو حيوان أو جماد ويحاول هو رسمها من وحي مخيلته.

- حاول في كلّ يوم أن تطرح على ابنك سؤالًا تحفيزيًا، يثير تفكيره الإبداعي، واحرص أن يكون سؤالك متناسبًا مع مرحلته العمرية لكيلا يشعر بالعجز، وهذه أمثلة:

  - **لماذا تطير الحمامة ولا تطير الدجاجة؟**
  - **كيف ينام السمك وهو داخل الماء؟**
  - **ماذا يوجد على سطح الكواكب الأخرى؟**
  - **كيف انقرضت الديناصورات؟**

- من الوسائل الممتعة التي تساعدك في تنمية الخيال والتفكير الإبداعي لدى طفلك هي رواية القصص بشكل جماعي، أي أن تجعل أحد أفراد العائلة يبدأ بسرد قصة من خياله، ثم يتناوب مع الطفل في سرد أحداثها.

- كن قدوة له وتصرف بطريقة إبداعية أمام طفلك.

مثال: حينما تحاول إصلاح شيءٍ في المنزل ولا تجد الأدوات اللازمة لذلك، دعه يراك كيف تفكر بالبدائل الممكنة وتستخدمها لإنجاز المهمة.

- اطرح الأسئلة الافتراضية عل ابنك، مثل: لو حدث كذا (.....) ماذا سوف نفعل؟

هذا الأسلوب سيساعد ابنك على التخطيط المسبق ودراسة خطواته جيّدًا قبل أن يقبل على فعل شيء، وكذلك تجهيزه بحلول لمواقف قد يتعرّض لها فتسعفه.

مثال: لو افترقنا في أثناء التسوق، ماذا يمكنك أن تفعل؟

لو نسيت وجبة الفسحة في المنزل. ماذا يمكنك أن تفعل؟

لو تأخرت عليك وقت الانصراف من المدرسة. ماذا يمكنك أن تفعل؟

- عندما تقدم لابنك لعبة جديدة، لا تستعجل في شرح طريقة عملها له، أعطه الفرصة لكي يُعمل ذكاءه الإبداعي ويفكر بطريقته الخاصة عن كيفية طريقة اللّعب بها.

- كرّر على مسمع طفلك بأن تفكيره وقدراته الإبداعية لا حدود لها، وشجّعه عليها.

- علم طفلك بأنّ ذاكرته قوية جدًا وذات سعة لتخزين كلّ ما يريد أن يتذكّره، وكلما استخدمها زادت قدراتها الاستيعابية.

- عندما يحاول طفلك تطبيق أحد أفكاره الإبداعية ويفشل، شجّعه وأخبره أنّ المشكلة ليست في الفشل، إنّما في ما نفعله نحن بعد أن نفشل، هل سنستسلم أم سنكمل الطريق.

يمكنك أن تذكر له مقولة توماس أديسون في محاولته اختراع المصباح الكهربائي حين قال: أنا لم أفشل. أنا ببساطة وجدت 1000 حلّ لا يعمل.

ومضة (10):

الخيال أكثر أهمية من المعرفة، فهو يحيط بالعالم.

آينشتاين

مساحة للتخطيط

ما خطتك التي ستتبعها لتطوير ذكاء طفلك الإبداعي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

سابعًا: الذكاء الشخصي

يختص هذا الذكاء بعلاقة الفرد بنفسه، وكيف يتعامل كلّ شخص مع ذاته، فمنهم من يقدّرها، ومنهم من يلومها، ومنهم من يُحبطها، ومنهم من يُحسن تشجيعها، وإلى غير ذلك. ويتضمن أن يكوِّن الشخص صورة دقيقة عن نفسه (جوانب القوة والضعف لديه)، كذلك الوعي بالحالات المزاجية والنوايا والدوافع والرغبات والقدرة على الضبط الذاتي والفهم والاحترام الذاتي، بمعنى أن يتوصل الفرد إلى حالة من التوازن بين المشاعر الداخلية والضغوط الخارجية.

إنّ تنمية هذا النوع من الذكاء لدى الأطفال سيساعدهم في تكوين شخصيات واثقة بنفسها، ولديها المعرفة بذاتها وأفكارها، ومعرفة نقاط قوتها وضعفها والوعي بحالاتها المزاجية والانفعالية. والأهم أن تتكون لديه الدافعية في تطوير ذاته (التعليم الذاتي)، أي أن يدفع الإنسان نفسه بنفسه ولا يقصر تطورها على مراحل تعليمية محددة فتستمرّ رحلة تطورها إلى ما شاء الله.

كيف نطوّر الذكاء الذاتي؟

هذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء الذاتي لطفلك:

- جميع أنواع الذكاء السابقة تصب في مصلحة الذكاء الذاتي، فالمعرفة تجيب عن تساؤلات كثيرة في داخل طفلك. بالإضافة إلى أنه حينما يكون لدى الطفل مخزون ثقافي معقول سيساهم ذلك في تعزيز ثقته بنفسه عند التواصل مع الآخرين.

- تذكّر أنّ كلماتك تعني الكثير لطفلك، فاستثمرها لتعزيز ثقته بنفسه، واستغلها لتشجيعه ودعمه للتقدم والإنجاز.

- الأبناء سيبحثون عن قدوة يقتدون بها، فكن مثالًا مميّزًا يقتدون به. فأفضل طريقة لتعليم ابنك السلوكيات الجيّدة ليس عن طريق إلقاء المحاضرات إنّما بتجسيدها أمامه، فالطفل

بطبيعته يتقن فنّ المحاكاة.

- احذر من أن تفرط في تدليل طفلك، وتقفز عند أول عقبة تواجهه لتساعده، فتحرمه من فرصة اختبار مصاعب الحياة في بدايتها، فينصدم بها عند غيابك ويجد نفسه واقفًا أمامها غير مسلّح.

- إنّ مطالبة المثالية من الطفل، تُدخل في نفسه شعور النقص بالذّات وأنه شخص غير قادر على الوصول إلى المقاييس المطلوبة والموضوعة من قبل والديه، وينتهي بشخصية ضعيفة غير واثقة.

- المبالغة في المحاسبة والقسوة على الطفل، تؤدي إلى نشوء شخصية مضطربة، مترددة، وخائفة.

- احذر من مقارنة الطفل مع أحد أفراد عائلته أو أقرانه.

- اترك مساحة للطفل في التجربة والاختيار، ما يعزّز استقلاليّته وابتعاده عن الشخصية التبعية الّتي لا رأي لها.

- العنف اللّفظي والكلام الجارح الموجه للطفل يُعدّ من مدمّرات شخصيته وذكائه الذاتي.

- أشبعه عاطفيًا بالاحتضان والقبل والكلام الإيجابي، فقد أثبتت الدراسات أنّ الاحتضان والإشباع العاطفي للطفل يساعد في تنمية مخّه.

- الخبرات الحياتية والتجارب الخاصة للإنسان من شأنها أن توسّع مداركه، وبالإضافة إلى أنّ فهمها ومعرفتها على صعيد عام سيعزّز معرفته بنفسه على الصعيد الشخصي.

- يحتاج الأطفال منذ سنّ مبكرة إلى التّعرّف على إدراك مشاعرهم المختلفة وفهم أسبابها، وتعلّم المفردات الدالة عليها، وكيفيّة التصرف في غمرة هذه المشاعر، ليحظى بالاستقرار النفسي.

- من الأمور التي تؤدي إلى نقص الثقة لدى طفلك الضرب والانتقاد الدائم له، وتصيّد كلّ حركة أو كلّ كلمة تصدر منه.

- اِحرص أن تغرس الأسس الدينية والتربوية الصحيحة في ابنك منذ الصغر، فالطفل عندما ينشأ على مبادئ قوية وقيم واضحة سيساعده ذلك في تقوية شخصيته، ويكون واثقًا من نفسه بين أقرانه.

- السخرية من سلوكيات الطفل تحطم معنوياته وشخصيّته وتُدخله في عالمٍ منطوٍ، وتزعزع ثقته بذاته.

- الأجواء العامة في المنزل لها تأثير مباشر على نفسية الطفل ونظرته إلى ذاته.

ومضة (11):

صورة الذات القوية الإيجابية،

هي أفضل إعداد ممكن للنجاح في الحياة.

زيج زيجلار

مساحة للتخطيط

ما خطتك التي ستتبّعها لتطوير ذكاء طفلك الذاتي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ثامنًا: الذكاء الاجتماعي

يتضمّن هذا الذكاء قدرة عقل الطفل على التعامل مع مختلف أنماط البشر، أمزجتهم، إدراك مشاعرهم، وطرق تفكيرهم. كما يتضمّن الحساسية لتعبيرات الوجه والصوت والإيحاءات والمؤشرات المختلفة التي تؤثر في العلاقات الاجتماعية. يُعدّ الذكاء الاجتماعي أحد أهم أنواع الذكاء الذي يجب تنميته بشكل مستمرّ لدى الطفل، وتكمن أهميته لارتباطه بنجاح حياة الفرد سواء على الصعيد الشخصي، أو الاجتماعي، أو العملي.

كيف نطوّر الذكاء الاجتماعي؟

هذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء الاجتماعي لابنك:

- علّمه الآداب العامة والسلوكيات الحميدة التي يحتاجها عند مخالطة الآخرين (كطريقة السلام ونبرة الصوت والتواصل البصري، وغيرها) ليجد نفسه واثقًا ومستعدًا للمخالطة الاجتماعية.

- عند قراءة القصص ومشاهدة الأفلام حلّل معه مشاعر الشخصيات، ناقش مواقفهم وردود أفعالهم، واستغلّ الفرصة لتوضيح السلوكيات الإيجابية والسلبية، وحاوره مناقشًا معه تصرفات الشخصيات وسلوكياتهم والحلول المقترحة للمشاكل الّتي واجهتها.

- درّبه على الحوار وشجّعه على التحدث أمام المجموعات وادفع به نحو المشاركة والإلقاء أمام جمهور في النشاطات المتاحة.

- التعاطف مع الآخرين ومساعدتهم في احتياجاتهم، سمتان يتمتّع بهما الشخص الذي يتّصف بالذكاء الاجتماعي، ولكي يصبح الطفل متعاطفًا ومساعدًا، يجب أن يكون قادرًا

على استيعاب مشاعر الآخرين ومشاركتهم فيها.

وتلك المهارة لا يتعلمها الطفل إلا عندما يراها باستمرار في المحيطين به. فيمكنك تدريبه عن طريق عرض صور تحمل مشاعر مختلفة واسأله عن توقعاته حيالها، كما يمكنك تعليمه كيف يمكنه أن يبادر إلى مواساتهم.

- حمّل طفلك مسؤوليات تتناسب مع مرحلته العمرية لتنمية روح القيادة لديه.

- الألعاب الجماعية، تنمّي لدى الطفل حب المشاركة، والتداخل الجماعي.

- وفّر لطفلك فرصة المشاركة في الأندية والأنشطة المختلفة سواء أمام مجموعات كبيرة أو صغيرة.

- أعطِ طفلك فرصة تدبير علاقاته بالآخرين.

- شجّع طفلك على مشاركتك عند قيامك بالأعمال التطوعية والخيرية. حدّثه عن أهدافك التطوعية، وعن أهمية فعل الخير وخدمة المجتمع.

- اِغرس فيه احترام الثقافات والأجناس واختلافها، فهي من أهم القيم الإنسانية التي يجب أن يكتسبها الطفل منذ الصغر.

- إنّ كلّ ما توجّهه لطفلك من كلام وصفات في أيّ موقف أو مناسبة سيبقى داخل عقله، وسيسمعه في ذهنه عندما يمرّ في مواقف مشابهة.

اِحرص أن يكون كلامك إيجابيًا ومشجعًا لطفلك لكيلا تهتزّ ثقته عندما يقف أمام جمهور أو يتخاطب مع جماعة.

- مقارنة الطفل بغيره، من المحظورات. فإلى جانب أنّها تثير جوّ العداوة والمشاحنات غير الصحية لنفسية الطفل، ستعلّمه أنّ تدنّي قدر الآخرين سيعني له أنّه الأفضل

والأكبر حجمًا، في حين أنّ ما يجب تعليمه هو أنّ نجاح الشخص مرتكز على جهوده هو فقط لا على مدى سوء غيره، كما يجب تعليمه أنّ التعاضد قوة لا يستهان بها، فمن هو أكثر نجاحًا ليس عدوًّا، بل صديقًا لنا نتعلم ونستفيد منه.

ومضة: لا تقارن الطفل بغيره؛ حتّى لا يكبر بشخصية ترى النقص في ذاتها والكمال عند غيرها، فمن قارن ذاته بغيرها ذلّها، ومن قارنها بذاتها أنصفها. والعاقل من يوازن بين جَلْدِهَا وتحفيزها.

أسباب الانطواء

- من مسبّبات الانطواء لدى الأطفال:

  - الانتقاد وشدة المحاسبة.
  - الرقابة الشديدة عليه، والتشكيك المستمرّ فيه.
  - تعرّضه للعنف المعنوي أو الجسدي أو اللّفظي.
  - واقعه غير السعيد، كسوء علاقة والديه أو سوء معاملته.
  - معاتبة الوالدين للطفل بعبارات، مثل: (توقف! الجميع ينظر إليك - ماذا سيقول الناس عندما يرونك تفعل كذا وكذا - تصرفاتك تحرجني أمام الآخرين... وغيرها).

- التنمّر من المدمرات القوية لشخصية الطفل والطويلة الأثر في نفسيته، لذا على المربّي أن يسلّح طفله ويوعيه لطُرُق صدّ التنمر. وسنتناول هذا الموضوع في الفصول القادمة.

- هناك من يشتكي من قوة شخصية طفله ونراه يحاول قمعها! ما يغفل عنه المربّي أنّ هذه الشخصية القوية هي الّتي ستميّزه عندما يكبر، لذا املأ طفلك قيمًا راقية منذ الصغر ولا تكسره، لتنشأ شخصيته القوية على أسس صحيحة وسليمة وثابتة، وتذكر بأنّ الشخصية القوية يصعب على رفقاء السوء التأثير فيها.

ومضة (12):

الجمال الحقيقي هو جمال الشخصية وحلاوة السجايا وطهارة الروح.

د. مصطفى محمود

<u>مساحة للتخطيط</u>

ما خطتك التي ستتبعها لتطوير ذكاء طفلك الاجتماعي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

تاسعًا: الذكاء الروحي

يعتبر الذكاء الروحي هو الذكاء الشامل، إي حين يصل الإنسان إلى مرحلة الوعي العميق بالذات والاتزان النفسي ويشعر بأنّ لحياته معنًى وهدفًا. الإيمان بالله سبحانه وتعالى والثقة به عاملان جوهريّان يؤدّيان إلى الاتزان والرضى النفسي.

ولأنّ الذكاء الروحي، ذكاء شامل نجده يرتبط بأنواع الذكاءات الأخرى وخصوصًا الذكاء الشخصي والاجتماعي.

هذا النوع من الذكاء يظهر في سنوات النضج، ولكنّ سنوات الطفولة المبكرة هي الممهّدة له، وكلّ ما يمرّ به الطفل من تعليم وتجارب حياتية وغيرها ستتمثل لاحقًا في مستوى نضجه.

وعلى الرغم من ذلك من الممكن أن تجد بعض الأطفال يتصفون بالحكمة والنضج في سنّ مبكرة.

كيف نطوّر الذكاء الروحي؟

هذه بعض النقاط التي ستساعدك في تطوير الذكاء الروحي لطفلك:

- اِزرع في طفلك القرب والتعلق بالله، فالمعتقد الديني يشكّل جانبًا هامًّا في صحة الطفل النفسية.

- ساعد طفلك من غير تدخّل مباشر أن يحدد أهدافه وغاياته في الحياة، ومناقشة إيجابياتها وسلبياتها لتكون لديه نظرة ثاقبة في النظر إلى الأمور، وقياسها على المدى البعيد.

- أن يدرك طفلك الفرق بين الأمور السطحية والأمور المعنوية فلا يجري خلف المظهر

ويغفل عن الجوهر. اِغرس القناعة، ثم القناعة، ثم القناعة (وأعني هنا القناعة المرتبطة بالماديات وليست تلك المرتبطة بالطموح، بل على العكس، شجّعه على ألا يكون هناك سقف لطموحه).

- أن يفهم جيّدًا مبادئه، ويكون على قناعة منها، فيساعده ذلك على الاستقامة الأخلاقية والدينية.

- التماس الأعذار للآخرين.

- المشاعر حقّ للجميع، الكبار والصغار، ولكلّ مرحلة عمرية فكر ومشاعر تتناسب معها، فمهما بلغت بساطة وعدم منطقية مشاعر أطفالنا يجب ألّا نستخفّ بها أو نهملها أو نطالبهم بكتمانها، كي لا يؤدّي بهم الأمر إلى عدم الاتّزان النفسي. والأهم، لا تخاطر بضياع طفلك، فالطفل عندما لا يجد الاحتواء عند أهله سيبحث عنه في مكان آخر... والله وحده أعلم عند من سيجد الاحتواء!

- اِحذر أن تضبط سلوكيات الطفل بعبارات، مثل (يا ويلك من الله - يغضب الله منك - تهديده بأنواع العذاب) فينتج عن ذلك نفور الطفل من الدين؛ لأنه لا يعرف منه إلّا الخوف والتهديد والوعيد بدلًا من تكوين روابط قوية بينه وبين خالقه، عن طريق تبيان سماحة الدين وبأنّ الأطفال هم أحباب الله، فيقبل على العبادات محبة ورغبة لا خوفًا ورهبة.

- عوّدوا أطفالكم على رؤية النصف الممتلئ من الكأس، فعندما يعتاد الطفل على شيءٍ سيكون له منهجًا، فليكن منهجهم في الحياة التفاؤل والنظرة الإيجابية ليسعدوا.

- حاول أن تشرح له أنّ كلّ شيء في الحياة يحتاج إلى موازنة ليسير بطريقة صحيحة وصحّيّة، والتوازن يبدأ من الجوهر الداخلي، أيّ من الذات.

- صحة الجسد في الرياضة وصحة الروح في التأمل والعبادة. إنّ الأطفال وإن كان يبدو بأنّهم لا يريدون شيئًا سوى اللعب إلّا أنّهم يحتاجون وقتًا للهدوء. بعض الأطفال يجدون

الهدوء في قيلولة وسط النهار، وبعضهم اللعب المنفرد بسكون، أو في مهمة اكتشاف عن طريق تأمل الطبيعة: نباتات، حشرات، حيوانات، وغيرها، فالطبيعة مصدر غني للتأمل، فأين يجد طفلك هدوءه؟

- توجيه المشاعر لدى الأطفال مهارة يجب أن نكسبهم إيّاها، فهم إن لم يتعلموا توجيه المشاعر بالشكل الصحيح ستتحول هذه المشاعر إلى سلوكيات سلبية. تحدّثْتُ سابقًا عن تصحيح سلوكيات الأطفال وتوجيه مشاعرهم في كتاب (أبناء كما نريدهم ومربّون كما يريدوننا).

- القصص الهادفة تساعد طفلك في جمع العديد من الخبرات وتجارب الآخرين إلى جانب مخزون تجارب شخصي، ستكون ذات منفعة كبيرة على سلوكيّات طفلك.

ومضة (13):

قناعة الجسد فضيلة، أما قناعة الروح فجريمة.

ميخائيل نعيمة

مساحة للتخطيط

ما خطتك التي ستتبّعها لتطوير ذكاء طفلك الروحي؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

الفصل الثاني
تنمية شخصية الطفل

أولًا: المشاكل السلوكية:

تطرّقت بشيءٍ من التفصيل في كتابي السابق (أبناء كما نريدهم ومربّون كما يريدوننا) إلى الأسباب المؤدية لظهور بعض المشاكل السلوكية، كما تطرقت إلى بعض السلوكيات السلبية وطرق معالجتها، **مثل**: العناد، والكذب، والعنف، وغيرها، يمكنكم الرجوع إليها لاحقًا.

وكما ذكرت سابقًا فإنّ قانون نيوتن الفيزيائي (لكلّ فعل ردّ فعل) ينطبق تمامًا عل سلوكيات أطفالنا وشخصياتهم، لذا فإنّ كلّ مشكلة نريد حلّها يتوجب علينا معرفة محرِّكها الرئيس أولًا.

مراحل السّلوك

سأشرح لكم هنا بشكل مختصر المراحل الثلاث التي يمرّ بها السّلوك، قبل أن نتطرق لبناء شخصية الأطفال، ليساعدنا ذلك في احتواء سلوكيات الأطفال وفهمها:

أ- مرحلة البوادر

هذه المرحلة تعتمد على قوة الملاحظة لدينا لمتغيّرات سلوكيات أطفالنا، ونعمد فيها إلى حلّ المشكلة قبل حدوثها عن طريق ملاحظة بوادر السلوك قبل أن يتطور ويتحوّل إلى مشكلة كبيرة يصعب حلّها بسبب إهمالها.

مثال: عندما ألاحظ على طفلي بوادر الغيرة، أحاول أن أتدارك هذه الصفة عن طريق تجنب المقارنة بينه وبين الآخرين، وإعطائه الاهتمام الكافي، وتعويده حب الخير للآخرين وتقديم المعونة والعطايا لهم، ونكون نموذجًا له في ذلك لتتأصّل لديه صفة حبّ المشاركة الحميدة، ونعلّمه أنّ الدين يوصينا بأنّ المؤمن الحقيقيّ يحبّ لأخيه المؤمن ما يحبّه لنفسه.

أو عندما ألاحظ على طفلي بوادر الضرب، أعلّمه بأنّ الضرب ليس الأسلوب الأمثل لحلّ مشاكلنا، وأحاول أن أعلّمه طريقة التعبير اللفظي عن مشاعره، كما أوضح له أنّ الله سبحانه وتعالى أنعم علينا بنعمة اليدين لكي نستخدمهما بما يرضيه وبما ينفعنا وينفع الآخرين وليس للضرب وإيذاء

الآخرين، كما يمكنني أن أشرح له هدي نبينا محمّد عليه أفضل الصلاة والسلام في قوله: **"ليس الشّديد بالصّرعة، إنّما الشّديد الذي يملك نفسه عند الغضب"**.

والأهم أيضًا أن أكون أنا قدوة له في عدم ممارسة الضرب بتاتًا.

ب- مرحلة ظهور السّلوك

هي المرحلة التي نرى فيها السلوك بوضوح عند الطفل، سواء كان سلوكًا إيجابيًّا أم سلبيًّا، يأتي هنا دورنا في البحث عن أسباب ظهور هذا السلوك ومحفّزاته، وكيف من الممكن إيقافه إذا كان سلوكًا سلبيًّا، أو تعزيزه ليستمرّ في حال كان سلوكًا إيجابيًّا.

ج- مرحلة معزّز السّلوك

التي عليها الاعتماد الأكبر من حيث استمرارية السّلوك أو إيقافه. فعندما يقوم الطفل بسلوك معيّن (سواء كان إيجابيًّا أم سلبيًّا)، فإنّ ردود أفعالنا وطريقة تعاملنا مع هذا السّلوك تعتبر هي المغذّي الرئيس له، فإذا قمت بتغذية السّلوك فاعلم بأنّه سيستمرّ مع طفلك، أمّا إذا قرّرت عدم تغذيته فسيتوقف السّلوك عن الظهور أو يتدرّج في حدّته وعدد مرّات تكرار حدوثه.

أدرجت لك الأمثلة التالية لتوضيح الصورة أكثر.

مثال لسلوك سلبي:

عندما تكون في المجمّع التجاري، ويطلب طفلك أن تشتري له لعبة جديدة على الرغم من شرائك له واحدة الأسبوع الماضي، فيبدأ طفلك بالبكاء والصّراخ في المجمع التجاري.

سيكون مغذّي السّلوك هنا هو رضوخك لبكاء طفلك وشراء اللعبة بعد محاولات من إقناعه.

سيفكر الطفل: عرفت الطريقة الفعّالة لكي تستجاب مطالبي، سأبكي وأبكي إلى أن أحصل على ما أريد.

أما ردة الفعل الصحيحة ففي الحوار المقترح التالي:

الطفل: أمّي أريد شراء لعبة جديدة.

الأم: أفهم محبّتك الكبيرة للألعاب، أعتقد أنّ بيننا اتفاقًا أن نشتري لعبة واحدة فقط كلّ شهر.

الطفل: يبدأ بالصراخ والبكاء!

الأم: حزينة لأنّك تبكي، ولكن رغم ذلك أعتذر عن شراء اللعبة. وتستمرّ في إكمال المهمة التي أتت من أجلها وإن استمرّ الطفل في البكاء.

سيفكّر الطفل: على الرغم من بكائي المستمرّ لم تشترِ لي أمّي اللعبة، أعتقد أنّ البكاء لن يفيدني في الحصول على ما أريد.

مثال لسلوك إيجابي:

عندما ترى طفلك الأكبر يقوم بمعاونة أخيه الصغير على انتعال حذائه، إذا كنت تريد أن ترى مثل هذه السّلوكيات بصورة أكثر، يجب أن تحرص ألّا تمرّ مثل هذه المواقف والسّلوكيات الإيجابية من دون الإشادة بها أو تعزيزها، لكي يعلم الطفل بأنّ هذا السّلوك هو سلوك رائع ويُثنى عليه فيستمرّ في أداء سلوكيّات مماثلة.

وقياسًا على هذه الأمثلة دعني أذكر لك بعض المعزّزات السّلبية والإيجابية:

أمثلة للمعزّز السّلبي: (الصراخ - الرضوخ - الضرب - السّباب ونعت الطفل بصفات سيئة... إلخ).

أمثلة للمعزّز الإيجابي: (تجاهل السّلوك السّلبي ما دام في حدّ المعقول - وضع القوانين مسبقًا والالتزام بها - تغذية السّلوك الإيجابي وتعزيزه... إلخ).

لماذا المعزّز الإيجابي وليس المعزّز السّلبي؟

قد يؤدي كلا المعزّزين الإيجابي والسّلبي إلى إيقاف السّلوك، وقد يكون المعزّز السّلبي كالضرب مثلًا أسرع في إيقافه، لكن دعني أخبرك، لماذا ينبغي لنا الالتزام بالمعزّز الإيجابي أمام هذه السّلوكيات، بمقارنة بينهما في الجدول التالي:

المعزّز السّلبي	المعزّز الإيجابي

- قد يكون سريع المفعول، لكنّ أثره لحظي. - توقف الطفل عن السلوك الخطإ بسبب الخوف من العقاب. - احتمال ظهور السلوك الخطإ في حال غياب المربّي. - ضعف العلاقة وتهميشها بين المربّي والطفل. - ضعف الطّفل وعدم ثقته بشخصيّته. - اضطراب نفسية الطفل ووأد روح الإبداع لديه.	- قد يحتاج إلى وقت أطول، لكنّ أثره دائم. - توقف الطفل عن السلوك الخطإ بدافع الاقتناع. - التزام الطفل بممارسة السلوك الإيجابي. - تكوين علاقة قوية بين المربّي والطفل ملؤها الودّ والمحبّة. - تكوين شخصية طفل واثقة قوية ومتكاملة. - بناء شخصية طفل منطلق ومبدع.

ثانيًا: القالب النمطي

أما الآن أريد أن أحدثكم عن أمر آخر وهو عامل مهم في تكوين شخصية الطفل، ويسمى (بالقالب النمطي)، تحدثْتُ عنه في كتابي (بلا حدود) وتطرقت في الحديث عن كيفية تأثير القالب النمطي على الشخصيات سواء على شخصية البالغين أو على شخصية الأطفال.

دعني أشرح لك كيف يعمل القالب النمطي بصورة سريعة:

القالب النمطي هو حصر سلوكيات معيّنة وإلباسها أشخاصًا معيّنين، فمثلًا عندما يستمرّ الشخص بتلقي صفات معيّنة عن شخصيته سواء من قبل الأهل أو الأصدقاء أو من المجتمع الذي حوله ويحدَّد بها، تتأصل فيه هذه الصفات ويكون كأنّما صُبّ في قالب نمطي لا يمكنه الخروج منه، وتُدمغ شخصيّته بطابعها من دون وعي منه، سواء كان يرغب بها أم لا.

فمثلًا، عندما نستمرّ بوصف شخص بأنه خجول، نراه يتجنب المواقف التي تحتاج إلى جرأة ولا يريد أن تسلط الأضواء عليه.

أو عندما يسمع شخص ثناءً على شخصيته بأنّه صاحب قرارات متزنة وحكيمة، يتصف قالبه النمطي بشخصية الاتزان، ونادرًا ما نراه يتصرف بتهوّر.

لذلك يُعَدُّ القالب النّمطي سلاحًا ذا حدَّين، إذا استخدم في البناء الإيجابي لشخصية الأطفال، سيكون له دور كبير في دعم شخصياتهم بشكل إيجابي وتكوينها؛ لأنّهم في طور بناء شخصيّاتهم. لكن عندما يتعرّضون للصفات السّلبية، سواء من الوالدين أو الأصدقاء ويبدأون بتصديقها، ستنطبع هذه الصفات بهم، وتكون جزءًا من شخصيتهم، فنكون كما لو كنّا نصبّهم في قالب بناءً على شكل الصفات التي أطلقناها عليهم.

ففكروا جيّدًا بقالب أبنائكم، بِمَ تريدون أن تملأوه، وقبل فرض أيّ عقوبات فكِّروا جيّدًا بِمَ ساهمتم أنتم في القالب النمطي لأبنائكم.

والآن بعد أن عرفنا جيّدًا أنّه كان لنا الدور، بل الدور الكبير في تكوين اللبنة الأساسية في بناء شخصية أبنائنا، يجب علينا أن نفكر جيّدًا كيف لنا أن نصحح ما ساهمنا في بنائه، وكيف لنا أن نحضّر أبناءنا لصدّ ما يمكن أن يتلقوه من المتنمّرين في حياتهم، وتحويلها إلى قوة لتكون شخصيات مستعدة لتحدّي المستقبل.

نصائح ثمينة

هذه بعض النصائح التي ستساعدك في تصحيح القالب النمطي لطفلك:

1. اغتنام الفرص لصناعة صورة جديدة من الطفل، عن طريق اقتناص أيّ فرصة نلحظ فيها فعلًا إيجابيًّا من أبنائنا لنمتدحهم عليه، فالفرصة في إيجاد صفات إيجابية تساعدنا في تصحيح القالب النمطي وملئه بالصفات التي تساعد في بناء شخصية إيجابية ذات سلوكيات مرغوبة.

2. المحاولة قدر الإمكان الحدّ من تصيُّد كلّ فعل سلبي من أبنائنا بالإمكان التغاضي عنه، وفي حال أردنا أن نوجّه أبناءنا عن تصرُّف سلبي قاموا به، علينا أن نتأكد أننا نوجِّه الكلام السّلبي للفعل فقط، وليس للشخص.

3. دع طفلك يسمع حديثك مع الغير وأنت تثني عليه وعلى تصرّفاته الإيجابيّة.

4. كن قدوة للتصرفات التي ترغب أن تراها في طفلك.

5. عندما تضطر إلى انتقاد طفلك، حاول في بقية اليوم أن تجد أفعالًا إيجابية لتمتدحه عليها، ولا تجعل غضبك من السلوك السلبي يسيطر عليك طوال اليوم في عدم الرغبة بالتحدث مع ابنك أو امتداحه على الأفعال الإيجابية، فليس من العدل إظهار السلبيات وترك الإيجابيات، فهذا خلاف التعريف الصحيح للنقد.

6. مهما صدرت من ابنك سلوكيات، لا تستخدم معه أسلوب الابتزاز العاطفي. أي أن تخاطبه: أنا لا أحبّك حينما تفعل كذا أو كذا، بل قل مثلًا: أنا لا أحبّ الكذب. أي وجّه

السلبيات على السلوك وليس على الطفل. وأخبره باستمرار بأنه محبوب ومرغوب، إنّما التصرف السيئ الذي يقوم به هو غير المرغوب.

7. لا تحذّر الطفل من ارتكاب سلوك، لم يصدر عنه مسبقًا، فينتج عن ذلك إما أنه يرى بأنك لا تثق به وأنه طفل يسيء التصرف غالبًا، فلا يجد سببًا لضبط نفسه؛ لأنّ الثقة التي يخشى أن يخسرها، معدومة من الأصل، أو أن ينتهي به الأمر إلى استقرار الفكرة في رأسه، فيقوم بعمل ما حذّرته منه.

8. الحرص المبالغ فيه يحرم الطفل فرصة التأقلم مع الحياة، ومحاولة النجاح في أمور خارج منطقة الراحة الخاصة به.

9. سوء الظنّ الدائم بالطفل يؤدي إلى انعدام الثقة بينه وبين المربّي، وبالتالي سينجرف الطفل أكثر في السلوكيات السلبية؛ لأنه ببساطة سيفكر بأنّ والديه لا يثقان به في مطلق الأحوال، فلا حاجة إذًا إلى تغيير سلوكي إلى الأفضل!

10. من الأمور الخطرة التي من المكن أن يتعرّض لها الطفل هي فقدان احترامه لذاته، لأنّه إن حدث ذلك فَقَدَ شخصيته وكان تابعًا ومرؤوسًا من قبل الآخرين وآل أمره إلى غيره، فاحذر من أن تنتقده بقسوة، ولا تبالغ في المحاسبة، ولا تعنّف أو تضرب.

11. أعطِ طفلك فرصة للإبداع، واكتشاف قدراته، والثقة بها، فالرتابة والنمطية السلبية تقتل إبداعاته إن استمرت.

12. ضع الصورة النمطية الجديدة التي تودّ أن تراها في طفلك نصب عينيك، ثق بأنّ طفلك سيتغيّر ليثق هو كذلك بنفسه. اِحرص على مناداته بالأوصاف التي تريد أن تراها فيه، وخصوصًا حينما يقوم بمواقف تنسجم مع هذه الأوصاف، وشجّعه عليها. فحينما يرى الطفل نفسه في مواقف تتكرر سيتقمّص هذه الصورة الجديدة عن نفسه، فكما يقول المثل: (من تطبّع بالشيء طابعه).

13. حاول أن تشرح لطفلك أنّ هناك مجموعةً من الناس يحبّون أن يطلقوا أحكامًا وأسماءً على الآخرين، وهذه الأسماء ليست بالضرورة منصفة، وإنّ هؤلاء الناس يفعلون ذلك غالبًا، لأنّهم يريدون إخفاء ضعفهم بإظهار الآخرين بصورة سيئة. فنحن يجب علينا ألا نسمح لهؤلاء الأشخاص بالتأثير علينا أو بزعزعة ثقتنا بأنفسنا.

14. وأخيرًا، تذكر بأنّ كلماتك تعني الكثير لطفلك، استثمرها في تعزيز ثقته، واستغلّها لتشجيعه، ودعمه للتقدم والإنجاز.

ومضة (14):

إنَّ الرِّفقَ لا يكونُ في شيءٍ إلَّا زانه، ولا يُنزعُ من شيءٍ إلَّا شانه.

النبي محمّد صلى الله عليه وآله وسلم

مساحة للتخطيط

ما السلوك الذي تودّ تصحيحه لدى طفلك؟

....

....

....

....

....

برأيك، ما الدوافع وراء سلوك طفلك هذا؟

....

....

....

....

....

....

....

....

ماذا يمكنك أن تفعل لتصحيح السلوك أو التخفيف من حدة هذه المشكلة السلوكية؟

....

....

....

....

....

....

....

....

ثالثًا: ماذا أنمّي في شخصية طفلي، وكيف أفعل ذلك؟

جميعنا يطمح بأن يتمتع أطفالنا بشخصية قوية ومؤثرة. ولكي يتحقق هذا الأمر يحتاج استعدادًا من كلا الطرفين (المربّي والطفل). الخبر السعيد هنا، هو أنّ الأطفال مستعدّون بالفطرة لتلقي كلّ ما يتم تعليمهم إيّاه بشرط أن يكون بطريقة واعية، تتماشى مع مرحلتهم العمرية، وقدراتهم الفردية. وكما ذكرنا سابقًا ينبغي أن يكون التعليم بأسلوب مشوّق يجعل الطفل يبحث عن المزيد. فالطفل كالأرض الخصبة، كلّ ما تبذره فيها ينمو ويثمر.

والسؤال الذي يطرح نفسه هنا، هو:

هل أنت مستعدّ، أيّها المربي، لبذل الجهد المطلوب لتتمكن في آخر المطاف من أن تجني ثمار ما تزرع؟

وسنستعرض في هذا القسم عددًا من المواضيع المهمة التي ستساهم في بناء شخصية الطفل وتنميتها بإذن الله تعالى.

أ- صدّ التنمّر:

يُعدّ التنمّر من المدمّرات القوية لشخصية الطفل والطويلة الأثر في نفسيّته، ودعونا نفهم بدايةً ما هو التنمّر؟

يسمّي علماء الاجتماع التنمّر بالسلوك المهيمن، وهو عدم اتّزان في القوى.

وحقيقة المتنمّرين أنّهم من الداخل أشخاص ضعفاء يستمدّون قوتهم المزيفة بمحاولة إيذاء الآخرين فيعتقدون بأنّهم الشخص الأقوى عندما يُشعرون الطرف الآخر بأنّه الأضعف والأقلّ قيمة، وكلما زاد إذلالهم وتنمّرهم على الآخرين، شعروا بأنّهم الأقوى والأفضل.

وهناك أنواع للتنمّر، منها:

التنمّر اللفظي، والتنمّر الجسدي، أو حتى التنمّر عبر الإنترنت في وسائل التواصل الاجتماعيّ. وللأسف الشديد، يُعدّ التنمّر من الظواهر المنتشرة في المجتمع ولا سيّما في المدارس، والمتنمّر لا يدرك بتاتًا الألم النفسي الذي يعرّض غيره له، ويستهين بتأثيره على نفسية ضحيته في المستقبل، فالتنمّر كالخلية السرطانية تميت تدريجيًّا ثقة الفرد بنفسه وتقتل طموحه، والأسوأ قد يدخل البعض في حالة كآبة ورغبة في الانتحار.

ولذا كانت من مسؤولية المربّي أن يحرص على توعية طفله كيف يمكنه صدّ المتنمّرين ولا يتجاهل طفله حينما يتوجه إليه ويشتكي من تعرّضه للتنمّر.

الفئة الأكثر تعرّضًا للتنمّر:

- المختلفون في المظهر، أو من لديهم مشاكل صحية أو إعاقات.
- المختلفون ثقافيًا، دينيًا، أو اجتماعيًا.
- الخجولون اجتماعيًا، الذين لا يفضّلون أن يكونوا تحت الأضواء يعتبرون طعمًا سهلًا للمتنمّرين.
- المسالمون؛ لأنّ المتنمّر يتوقع منهم عدم القدرة على الردّ أو الفوز في المواجهة.
- الطفل الجديد المنتقل حديثًا إلى بيئة جديدة، كانتقال الطفل إلى مدرسة جديدة، يعتبر طعمًا جديدًا لا ناصر له.
- المتفوقون والموهوبون، يتعرضون للتنمّر بشكل كبير، وغالبًا السبب يكون الغيرة منهم؛ لأنّهم يستحوذون على اهتمام خاصّ بهم من قبل المعلمين والزملاء.

أسباب التنّمر:

هناك أسباب عديدة تقف خلف التنمّر، ومنها:

- أنّ المتنمّر كان ضحية للتنمّر سابقًا.

- شعوره بالوحدة، ويتنمّر لرغبته بالحصول على الانتباه بأيّ شكل كان.

- المشاكل المنزلية.

- تعرّضه للتنمّر في المنزل.

- مشاهدة الكثير من مشاهد العنف، سواء على التلفاز أو على أرض الواقع.

- صاحب معنويات محطّمة ويشعر بعدم القيمة، سواء من قبل العائلة أو البيئة الخارجية كالأقارب والمعارف أو المعلمين وغيرهم.

- الغيرة.

- تأثير الأصدقاء، كأن يصاحب الطفل مجموعة من الأطفال المتنمّرين فتنعكس عليه تصرفاتهم.

- عدم الوعي بالأثر السلبي الذي يتركه التنمّر على شخصية الضحيّة، وهذا نتاج قصور تربية الوالدين للأبناء الّذي للأسف يعاني منه الأطفال المهذّبون والأهل الّذين يربّون أبناؤهم تربية جيّدة على أن يكون أطفالهم مسالمين ومحترمين للآخرين.

فحينما نفهم سلوك المتنمّر، وهو الرغبة في الهيمنة والسيطرة على الآخرين، يساعدنا ذلك في معرفة كيفية التعامل معه.

خطوات صدّ التنمّر:

- عزّز ثقة طفلك بنفسه.

- علّم طفلك أنّ ما يريده المتنمّر هو السيطرة والهيمنة، وسيفوز بهذا الشعور عندما يرى أنه تمكّن منك برؤية حزنك، لذا مهما بلغ تأثرك من تصرفاته لا تدعه يلاحظ انهزامك وبأنه تمكن من إيذاء مشاعرك بتعليقاته الشنيعة؛ لأنه ببساطة يبحث عن ردود فعل،

وإذا كانت ردود فعلك لا تشفي غليله سيحاول البحث عن ضحية أخرى، ابتسم بتهكّم وانصرف ولا تستمرّ بمحادثته.

- إذا اضطررت للردّ، فليكن ردّك بصوت ثابت قوي، وانتبه إلى لغة جسدك، ألّا تفضحك وتُظهر علامات الخوف عليك، وقل له بأنّ تعليقاته لا تعني لك أيّ شيء، وأنك ستبقى سعيدًا على أيّ حال مهما كان رأيه الشخصي بك. بهذه الطريقة تسحب بساط السيطرة من تحت أقدامه وسيشعر كما لو أنه هُزم في لعبته الخاصة. ومن لا يمكنه الفوز لن يعجبه أن يستمرّ في اللعب.

- اِشرح له، حتى وإن لم يشعر ابنك بأنه قوي وقت تعرضه للتنمّر، ضرورة التظاهر بمظهر القوة لكي يهابه الغير ولا يتعرضون له.

- إذا كان هناك شخص معيّن يستمر بالتنمّر على طفلك، اِشرح لطفلك بأنّ وجوده ضمن مجموعة مع الأصدقاء، سيمنحه الشعور بالشجاعة، كما أنّ قوة الجماعة تفوق قوة الفرد، فنسبة تعرّضه للتنمّر وهو محاط بمجموعة من الأصدقاء تكون أقلّ بكثير من نسبة التنمّر عليه وهو بمفرده.

- علّمه بأنّ هناك أشخاصًا في الحياة ينتظرون اليوم الذي نتعثر فيه، ولكنّ النهوض هو خيار يعتمد على إرادتنا، فلا للرضوخ لهم، ولتعانقْ هممنا السّحاب.

- علّمه أنّ المتنمّر، وإن ظهرت عليه علامات القوة، إلّا أنه هو الذي يعاني مشكلة الضعف الداخلي وليس أنت.

- عدم السكوت عند تعرّضه للتنمّر والرجوع إلى الوالدين أو إلى شخص بالغ (ثقة) كالمعلم مثلًا في حال عدم قدرته على التصدّي للمتنمّر بنفسه، كأن يقول للمعلم: (معذرة يا أستاذ! (فلان) مستمرّ في أذيتي ودومًا يضربني، طلبت منه أن يتوقّف عن فعل ذلك لكنّه لم يفعل). ودعه يعلم جيّدًا أنه في حال تعرّضه لمثل هذه المواقف يمكنه اللجوء إليك والوثوق بأنك ستدعمه وتسانده. وحينما يأتيك ابنك ويشتكي من تعرضه للتنمّر

اِحذر الردّ عليه بعبارات، مثل: أنت حسّاس، أو أنت تبالغ جدًا. (ادرس الموضوع جيّدًا).

- هناك مواقف تستدعي من الطفل أن يقوم بالردّ ومواجهة المتنمّر. سيساعده الأمر حين تُدخله في تجربة تمثيلية معك، ولعب دور المتنمّر والضحية، وطرح أساليب ممكنة للرد أو التعامل مع المتنمر. وناقش مع ابنك الحلول الممكن نجاحها، علّمه الفرق بين أن يرد منكمشًا وخائفًا وبين أن يقف بشموخ ويرد بصوت مرتفع جهوري وواثق.

- إذا كان طفلك يتعرض للتنمّر الجسدي، اِحمِه عن طريق تدريبه على فنون الدفاع عن النفس وإلحاقه بالأندية الرياضية التي تعلّم هذه الأساليب لتعزيز قوته البدنية، لكي يكون آمنًا وواثقًا من تمكنه من حماية نفسه.

- بعض الأطفال لا يميلون إلى التحدث عمّا يتعرضون له، لذا يجب عليك كمربٍّ الانتباه إلى أيّ علامة تنمّر قد تظهر على طفلك، مثل:

  - رغبته المفاجئة بالانسحاب من أنشطة كان يحب المشاركة فيها ويستمتع بها.
  - ظهور كدمات على جسمه.
  - ظهور حالة من القلق والتوتر عليه.
  - ضعف الثقة بالنفس، وتقليله من تقدير ذاته.
  - بعض الأطفال يبدأون بالتعثر والتأتأة في الكلام.
  - فقدان التركيز، وتراجع الأداء في المستوى الدراسي.
  - الخوف من مواجهة المجتمعات الجديدة.

- نبّهه بأن يكون بعيدًا عن المجموعات المتعارف عنها بممارسة التنمّر.

- هناك برامج توعوية فعّالة لتوعية الأطفال من التنمّر وخطورته يمكنك إشراكه فيها أو اعرض له بعض المقاطع عنها عبر الإنترنت.

ملاحظة:

إذا جرّب ابنك مختلف الأساليب لإيقاف المتنمّر، ومع ذلك لا يزال يتعرّض للأذية، يجدر بك هنا أن تتدخّل، كأن تلجأ إلى مدير المدرسة أو من هو في موقع السّلطة.

اِحرص أن يكون أسلوبك جادًّا وواضحًا مع الحفاظ على هدوء أعصابك، وضح السلوكيات المرفوضة التي تعرّض لها ابنك، واذكر محاولات ابنك ومحاولاتك السابقة التي لم تنجح في حلّ الموضوع. اِطرح حلولًا مقترحة، أو اِسأل المدير عن الخطة التي سيتبعها لحلّ هذه المشكلة، واستمرّ في متابعة الموضوع إلى أن يتمّ حلّ المشكلة تمامًا، ولا تكتفِ بمكالمة واحدة مع المدير فقط وتنسى المشكلة.

ومضة (15):

لا يستطيع أحد ركوب ظهرك، إلا إذا كنت منحنيًا.

مارتن لوثر كينج

مساحة للتخطيط

هل يتعرّض طفلك للتنمر؟

كيف ستقوّي من شخصيته ليتمكن من مواجهة مشكلته؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ب- القناعة

أغلبنا مرّ عليه المثل القائل: (القناعة كنز لا يفنى)، ونحن البالغون بسبب ما مررنا به في الحياة والتجارب التي عشناها، تعلّمنا درسًا بأنّ حقيقة السعادة تكمن في القناعة. ولأنه تهمّنا سعادة أبنائنا نريد أن نمرّر لهم هذا الدرس منذ صغرهم لكي يتجنّبوا العديد من الإحباطات في حياتهم.

مفهوم القناعة:

القناعة سرّ عجيب يُدخل في نفس البشر الطمأنينة والرضا في النفس. وخصوصًا عندما يكون لدينا إيمان بأنّ الماديات والكماليات هي فقط قناع زائف من أشكال السعادة المؤقتة، وأنّ التقدير الحقيقي هو التأمل في جوهر النفس بما يُزيُّنها من عقل وخُلُق وثقافة.

القناعة هي أن تفرح بالموجود ولا تشغل فكرك بالمفقود. أن ترضى بما قسم الله لك، وتشكره على ما أعطاك، ولا يتنافى ذلك في أن تدعوَ الله بالمزيد، فالله يحبّ أن يسمع صوت عبده.

ما الذي تضيفه القناعة لطفلي؟

- القناعة تجعل الطفل مسالمًا.
- القناعة تساعد الطفل في أن يكون إيجابيًا.
- تحقق له السعادة والسلام الداخلي.
- حبّ الخير للآخرين ومشاركتهم سعادتهم.
- تبعد عنه صفات الحسد والكراهية والطمع والأنانية.
- تحميه من مشاعر الكآبة.

الطفل القنوع يمتاز بردود فعل أفضل تجاه تجارب الحياة غير الناجحة، ويكون مرنًا أكثر لاجتياز المواقف المحبطة والانتقال إلى الخطوة القادمة بشكل أسرع.

كيف أزرع القناعة في طفلي؟

- اِشرح لطفلك معنى القناعة، وكرّر الكلمة أمامه.

- اِقرأ له قصصًا تدور أحداثها عن فضل القناعة، وناقشه فيها.

- عوِّد طفلك أن يرى النّصف الممتلئ من الكوب، فحينما يعتاد الطفل شيئًا يكون له منهجًا، فليكن منهجه في الحياة النظرة الإيجابية ليسْعد.

- كن قدوة له ودعه يراك تعتنق مبدأ القناعة في حياتك، بألّا تكثر التشكي من الأمور في حضوره، ودومًا تذكر الأمور الإيجابية، ودعه يسمعك تشكر الله على نعمه التي رزقك إيّاها.

- عندما تمرّ مواقف لأشخاص أقلّ حظًا كرؤية شخص مريض، ردّد أمام طفلك نعم الله عليكم، وأنّ هذه النعم تستوجب الشكر لله، والدعاء لمن هم أقلّ حظًا، ومع تكرار هذه المواقف سيتعوّد دائمًا أن يعرف نعم الله عليه ويجدها بنفسه ويشكره عليها.

- تقنين استخدام ما يملك. فحينما يجمع طفلك مثلًا عددًا كبير من الحلوى في يوم العيد، ساعده في أن يقنّن الكمية التي سيأكلها اليوم ويقتنع بكفايتها، والباقي منها سيحفظه للأيام التّالية.

- علّم طفلك منذ صغره الفرق بين الضروريات والكماليات. فالفرق بين الاثنين مبدأ مهم لزرع مفهوم القناعة عند طفلك. فعندما يستمرّ الطفل بطلب شراء الألعاب، علّمه أنّ الألعاب من الكماليات وأنك مستعدّ أن تشتريها له في المناسبات الخاصة، وعندما يرى لعبة تعجبه يمكنه كتابتها في قائمة الأمنيات لكي تشتريها له في أقرب مناسبة.

- عند اصطحاب طفلك معك إلى التسوق، علّمه كيف يستخدم المال بحكمة، كأن يقوم بمقارنة الأسعار، وأن يكون الإنفاق مناسبًا للميزانية المحدّدة.

علّمه مبدأ الشكر والحمد على النعم وأثره في حياة الفرد، وبأنه كلما كان الإنسان فرحًا بنعم الله ويشكره عليها، زاده الله من فضله، وأنّ الله سبحانه وتعالى يقول: {...لَئِنْ شَكَرْتُمْ لأَزِيدَنَّكُمْ...} [سورة إبراهيم: آية 7].

ومضة (16):

اصنع سعادتك من أدواتك المتوفرة لديك مهما كانت صغيرة، وإيّاك أن تربط سعادتك بتوفير أدوات إضافية قد توجد عند غيرك!

واين داير

مساحة للتخطيط

هل غرست مفهوم القناعة لدى طفلك مسبقًا؟

كيف ستقوّي هذا المفهوم لديه؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ج- الشجاعة:

مفهوم الشجاعة الذي نريده:

الشجاعة لا تعني بأن يكون الشخص قويًا وصلبًا جدًا وبلا أيّ مخاوف. فلكلّ فردٍ منّا مخاوفه الخاصة التي غالبًا ما تكون عائقًا له للتقدم في حياته. يقول نيلسون مانديلا: إنّ الشجاعة ليست غياب الخوف، ولكن القدرة على التغلب عليه.

لذا موضوع بحثنا هنا ليس كيف يكون الطفل من غير مخاوف، وإنّما كيف يتجاوز مخاوفه.

يُعَدّ الخوف في مرحلة الطفولة أمرًا طبيعيًا، وتختلف تلك المخاوف بحسب مرحلة الطفل العمرية، وبما يتناسب مع مدى إدراكه ووعيه للأمور. فمنهم من يخاف من الظلام، ومنهم من يتخيل أمورًا ويخاف منها كتخيّله للوحوش، ومنهم من يخاف من صوت الرعد، أو الحشرات، أو الذهاب إلى المدرسة خشية الانفصال عن والديه، وغيرها من المخاوف.

نصائح للتخلص من مخاوف الطفل:

- معظم الأطفال يوجد في داخلهم بعض المخاوف، لكنّ أثر تلك المخاوف يزداد سلبية عندما يهزأ به الآخرون. لذلك اِحذر من أن تحاول علاج مخاوف ابنك عن طريق السخرية منها والتقليل من أهميتها.

- استمع إلى طفلك حينما يحاول إخبارك بوجود أمر يخيفه، وأظهر أمامه تفهمّك له ولمخاوفه التي يحاول أن يخبرك عنها، فأحيانًا مجرّد الاستماع إليه وتقبّل مشاعره يساعده في تقليل حدّة خوفه.

- حاول أن تساعد طفلك لإيجاد أمور تساعده في تخطي خوفه أو التقليل من حدّته. مثال للطفل الذي يخاف من الظلام اِسأله: ما الذي يمكن أن يساعدك في تخطي هذا الخوف؟ ربما سيقترح أن تبقى الإنارة خفيفة في غرفته وقت النوم.

- عندما تساعد طفلك في تخطّي خوفه من أمر ما، اِبدأ معه بالتدرج خطوة بخطوة ولا تيأس عندما لا تلاحظ تقدمًا ملحوظًا عند بداية المحاولة معه.

- حاول أن تكتشف الأسباب الكامنة وراء خوف طفلك، هل هناك من يؤذيه؟ هل أنت أحد أسباب خوفه، عندما تفقد السيطرة على أعصابك فيشعر طفلك مثلًا بتوتر وقت النوم؟ هل ترفع صوتك دائمًا؟ هل تكثر من استخدام أسلوب التهديد، أو تخوّفه بأمور سخيفة ليطيعك؟ مثل قولك: إذا لم تعتنِ بأسنانك جيّدًا سيأتي وحش الأسنان ويأكلها. مهما بلغت سخافة هذه الأمور إلّا أنّ الطفل حسّاس ويمكن لأبسط الأمور أن تخيفه وتزعزع شعور الأمان لديه.

- للأسف أحيانًا لا يتمكن الأطفال من التحدث عن مخاوفهم؛ إما بسبب عدم مقدرتهم على التعبير عنها، وهنا دورك في أن تبديَ تفهّمك لهم وتطمئنهم، وأنك موجود لتدعمهم وإن أخذ ذلك منك وقتًا طويلًا، أو قد يكون بسبب شعورهم بالحرج من مخاوفهم، لذا يجب الاقتراب من هذا الموضوع برفق فتقول مثلًا: إنّ الكثير من الأطفال يخافون من... ماذا عنك أنت؟، أو أن تسأله عن اعتقاده إزاء شعور أصدقائه حيال أمر ما، ستكون إجابته غالبًا وصفًا لمشاعره هو. تفهّم مشاعره، وانظر إليها باحترام، ثم افتح باب المناقشة معه، ليتمكن هو من الإفصاح عن مشاعره، ومن ناحية أخرى تتمكن أنت من طمأنته.

- اِربط في ذهن طفلك أنّ الأطفال هم أحباب الله سبحانه وتعالى وهو يولي لهم عناية خاصة بحفظهم. وذكّرهم بأن يكرّروا (بسم الله توكلت على الله)، وأنّهم حينما يخافون يستطيعون قراءة القرآن ليشعرهم بالطمأنينة والحماية.

- كتب الأطفال والقصص التي تحوي حكايات عن الأبطال تساعدهم على إيجاد قدوة شُجاعة يقتدون بها ويحاولون أن يكونوا مثلها في الشجاعة.

- أخبرهم بقصة مقتبسة من حياتك عندما كنت تشعر بالخوف، تحدّث عن مشاعرك، وكيف تمكنت من التغلب على خوفك.

- راقب ما يشاهده طفلك على الشاشات، واعرف إذا كان له علاقة بمخاوف طفلك.

- إذا كان لدى طفلك خوف من المواقف الجديدة، كالاشتراك في أحد أنشطة المدرسة كالإذاعة، والمسرحيات، وغيرها، ساعده في التدرّب عليها جيّدًا، فإن وجد نفسه مستعدًا تمامًا سيزرع ذلك فيه الثقة ويقلّل من حدّة خوفه وتوتّره.

- دعه يعلم أنّ الشعور بالخوف أمرٌ طبيعي، وأنّ هناك الكثيرين منّا يشعرون بالخوف، سيطمئنّ بأنه ليس بمفرده من يشعر به. وشجعه بأننا جميعًا مع الوقت تدريجيًّا نتخطى مخاوفنا مع تقدمنا في العمر.

- دعه يعلم بأنّ الخوف شعور مقبول، وأنّ الشجاعة الحقيقية هي ليست غياب الخوف، وإنّما المقدرة على التغلب عليه والقيام بما يتوجب عليه القيام به. فلا نسمح للخوف أن يعيق وصولنا إلى أحلامنا أو يمنعنا من القيام بما نحبّ.

- إذا كان طفلك يواجه مشكلة في الانفصال عنك، فاقضِ معه بعض الوقت، لكن عليك أن تقوم بتعويده تدريجيًّا الانفصال عنك. ابدأها بأوقات قصيرة وتدرّج في مدّتها. وخصوصًا إذا كان مقبلًا على دخول المدرسة.

- إذا كان طفلك يعاني من رهبة مواجهة الجمهور في أثناء الإلقاء، فلا تدفعه مجبرًا أن يقوم بالأداء أمام جمهور ظنًّا منك بأنّ ذلك سيساعده في تخطي الأمر. ابدأ معه بالتدرّج، كأن يقوم بالإلقاء أمام الوالدين فقط، ثم أن يقوم بإلقاء نفس الموضوع أمام الوالدين والأهل المقربين له جدًا، ثم توسّع بدائرة المحيط، ليتعوّد كسر حاجز رهبة الإلقاء، ويكون بالتالي مستعدًا له أمام جمهور كبير.

- الإنسان بالعادة عدوّ ما يجهل، فحينما نتناقش مع الطفل عن مخاوفه ويفهم حقيقة خطرها إذا كانت تستحق الخوف منها فعلًا أو لا، قد يساعده ذلك في زوال خوفه. مثال لطفل شاهد فلمًا عن الديناصورات وشعر بالخوف منهم، نتواصل معه ونخبره أنّ الديناصورات انقرضت ولم يعد لها وجود على الأرض، كما أنّ الوقت الذي كانت

الديناصورات فيه موجودة لم يكن هناك بشر على سطح الأرض؛ لأنّ الله سبحانه وتعالى رحيم بعباده ويعرف ما يناسبهم، فهذه الأفلام عن هجوم الديناصورات على الإنسان هي فقط من وحي الخيال ولا صحة لوجودها.

- المعرفة تبدّد الخوف، لذا اِقرأ لابنك كتبًا عن بعض ما يخاف منه، فالطفل الذي يخاف من العنكبوت سيفيده أن يعرف أنّ هناك أنواعًا من العناكب غير سامة ولا تشكل أيّ تهديد للإنسان.

- فرّق بين ما يشعر به طفلك أهو الخوف أم الحذر؟ إذ إنّ بعض المخاوف جيّدة ومنطقية للطفل وهي من دافع الحذر، كالحذر من الغرباء، أو الخوف من الابتعاد عن الوالدين عند التسوق، أو ركوب بعض الألعاب.

- قد يفيد مع بعض الأطفال تعليمهم بعض طرق الاسترخاء عند شعورهم بالخوف، مثل استراتيجية التنفس بعمق، أو العد العكسي، أو التفكير في الأوقات السعيدة وغيرها.

- بالنسبة للطفل الذي يخاف بسبب تخيّلاته، اِبدأ في تعليمه الفرق بين الحقيقة والخيال، استفد من بعض مشاهد التلفاز لتوضيح ذلك.

- لا تجبر طفلك على مواجهة مخاوفه بمفرده وجهًا لوجه، كالطفل الذي يخاف من الظلام تجبره بالجلوس في غرفة مظلمة.

- إنّ الطفل الذي يخاف من شيء ما ستجده يتحدث عنه كثيرًا ويكثر من الأسئلة عنه، قدّم له معلومات من شأنها أن تطمئنه. مثال لطفل يخاف من نشوب حريق في المنزل، وضح له بأنك تأخذ موضوع السلامة بجديّة وأنّك تقوم بأخذ الاحتياطات اللازمة لحماية الجميع، مثل وجود جهاز إنذار الحريق، كذلك وجود مطفأة الحريق وأنك تجيد استعمالها، وأنك تتفحص الأفران بشكل مستمر لمزيد من الأمان. اِشرح له الأسباب التي تثبت أنّه في مأمن من الخطر، فهذه المعلومات من شأنها أن تطمئن الطفل.

- علّم طفلك أن يطبق استراتيجية تغيير القناة عندما يكون خائفًا أو قلقًا، وأخبره بأنه كما للتلفاز جهاز تحكم تغيّر به القنوات، تخيل أنّ لأفكارك جهاز تحكم أيضًا! وكلما شعرت بالقلق أو الخوف من بعض الأفكار أغلق عينيك وغيّر القناة إلى فكرة أخرى تجعلك تشعر بالسعادة والارتياح.

- أظهر لطفلك بأنّك تثق بقدراته وإن كانت لديك بعض المخاوف من بعض الأمور (كأول يوم من التحاقه بالمدرسة) أظهر لطفلك بأنّك لست قلقًا وليس هناك ما تخاف عليه منه، وسيتعلّم أن يثق بك، وسيصبح أقلّ خوفًا.

- تذكّر مبدأ القالب النمطي، فحينما يبدي طفلك أيّ مبادرة أو سلوك يتصف بالشجاعة امتدحه عليه ودعه يسمعك تتكلم عن شجاعته في هذا الموقف أمام الآخرين.

- عدم معاقبة الطفل على خوفه، فذلك من شأنه تعقيد المشكلة.

- علّم الطفل أن يُشجّع نفسه عند تعرّضه لمصادر الخوف، كاستخدام جُمل تحفيزية وإيجابية، مثل: "يمكنني أن أفعل ذلك!"، أو "ستكون الأمور على ما يرام"، "إنّ الله معي" وغيرها.

- وأخيرا يجب ألا نغفل عن التأثير الكبير الذي يتركه شجار الوالدين المستمر أمام الطفل في زعزعة شعور الأمن لديه.

ملاحظة:

عندما تكون مخاوف الطفل مبالغًا فيها وتؤثر سلبًا في حياته، وليس هناك بوادر بالتحسّن، ولا يمكنك طمأنته يفضّل أن يتمّ عرضه على مختصّ كي يساعده على التخلص من مخاوفه.

ومضة (17):

إنّ الشجاعة ليست غياب الخوف،

ولكن القدرة على التغلب عليه.

نيلسون مانديلا

<u>مساحة للتخطيط</u>

هل يواجه طفلك مشكلة الخوف أمام أمر ما؟

ما هو؟ وكيف ستساعده لتخطي خوفه؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

د- ضبط النفس:

ضبط النفس من المهارات التي إذا ما أتقنها الكبار والصغار ستساعدهم بشكل كبير في السيطرة على زمام أمور حياتهم، ضبط النفس يمنح الطفل الثقة، ويساعده في إنجاز ما عليه وتحقيق أهدافه.

أفكار لتنمية مهارة ضبط النفس:

- تحديد قوانين مسبقة من قبل الأهل تساعد الطفل في تحديد الممكن وغير الممكن وضبط نفسه تجاه ذلك، والطفل يحتاج إلى قوانين واضحة ومنطقية ويجب أن تتم مناقشتها معه مسبقًا ويكون لديه علم بها، مثل تحديد وقت للّعب بالأجهزة الإلكترونية، أو تحديد وقت النوم، أو عدد الحلوى المسموح له بتناولها في اليوم الواحد، حيث إنّ الطفل ينشأ منذ صغره يتدرّب على ضبط النفس من خلال هذه القوانين المنزلية.

- اشرح لطفلك سبب اعتماد القوانين التي تريد منه اتباعها، سيساعد ذلك في كسب تعاونه لتطبيقها.

- دعه يفهم العواقب المترتبة في حال عدم التزامه بالقوانين المتّفق عليها.

مثال: حينما لا يقوم بأداء واجباته، فإنّ الإحراج في المدرسة سيكون له بالمرصاد، بالإضافة إلى تدنّي مستوى درجاته. أو في حال عدم التزامه بترتيب ألعابه بعد الانتهاء منها، سيواجه عقوبة خسارة فرصة اللعب بها لمدة يومين.

فهم العواقب يتطلب من الأهل شرحها للطفل، مثال الطفل الذي لا يكترث لترتيب ألعابه، اطلب منه أن يقوم بترتيبها، وفي حال رفضه أخبره بهدوء بأنّه سيُحرم من اللعب بها لمدة أسبوع.

أما إذا أصرّ على رفضه، فتحيّن فرصة غيابه عن البيت واجمع ألعابه وضعها في

مكان لا يهتدي إليه بسهولة، وإذا سأل عنها لاحقًا، فلا تستسلم لعواطفك الأبوية نحوه واجعله يواجه عواقب الأمر، وقل له **مثلًا**: يؤسفني أن أراك حزينًا هكذا! في الوقت الحالي سأحتفظ بلعبتك لمدة أسبوع حتى أتأكد من تحمّلك مسؤولية جمعها في المرة القادمة.

سيحاول طفلك استعطافك، والأطفال ماهرون جدًا في اختيار عبارات التحبّب والتودّد مصحوبة بلغة جسدٍ معبّرة عن حزنه واشتياقه لألعابه، لكن يجب ألّا ترضخ له، لكي يتعلم ضبط النفس وتحمّل مسؤولية أفعاله.

- علم طفلك مفهوم ضبط النفس، وأنّ القوي هو من يتمكن من السيطرة على ردود أفعاله أمام المواقف الصعبة. مثلًا عند الغضب، اشرح له بأسلوب يستوعبه عقله حديث الرسول صلى الله عليه وسلم: (ليس الشّديد بالصُّرَعة، إنّما الشّديد الذي يملك نفسه عند الغضب). متفق عليه.

- علّم طفلك أنّه حينما يجد نفسه في موقف تصعب فيه السيطرة على النفس ويصدر منه تصرف خاطئ فليطبّق أحد هذه الأفكار:

  - أن ينصرف من المكان إلى مكان آخر يمكنه أن يجلس فيه بهدوء، حتى تهدأ أعصابه.

  - علّمه (استراتيجية الضغط على زرّ التوقف)، أي إنّه قبل أن يقوم بردود فعل قد يندم عليها لاحقًا يعطي نفسه فرصة للتفكير بضغط زر التوقف، في أثناء هذا الوقت يمكنه أن يهدأ قليلًا أو يفكر بردود فعل أكثر منطقية وأقلّ ضررًا.

  - كذلك يمكن أن تعلّمه أن يقوم بـ (استراتيجية العدّ العكسي)، ففي أثناء قيامه بالعدّ العكسي سيعطي نفسه فرصة ليهدأ قبل أن يقوم بردود فعل غير مقبولة.

  - دعه يعلم أنّه في حال لم يستطع أن يتمالك نفسه ويريد أن يقوم بردود فعل غير

مقبولة، عندما يقوم أخوه الصغير بإغضابه مثلًا والعبث بألعابه ويجد نفسه راغبًا في ضربه، فليتذكر أنّه بإمكانه اللجوء إليك لمواساته واحتضانه والتحدث عن المشكلة التي يواجهها، وفي الوقت نفسه يجب عليك بدورك إظهار التعاطف والاحترام لمشاعره.

- علّمه تكرار بعض الكلمات ليقولها لنفسه وقت الغضب، مثل: أنا قويّ ويمكنني السيطرة على نفسي، ويكرّرها لتعطيه فرصة وقوة لتخطي موجة الغضب التي يمرّ بها.

- من تمارين ضبط النفس أيضًا التي تعلّم الطفل على الصبر، هي أن تخيّر طفلك إذا ما كان يريد قطعة حلوى واحدة الآن أم يفضّل الصبر لمدة إضافية ويحصل على قطعتين بدلًا من قطعة واحدة فقط. يمكنكم أن تجدوا تطبيقات على هذا التمرين في اليوتيوب والاستمتاع بردود فعل الأطفال الظريفة في هذه المقاطع.

- يحتاج الأطفال لا سيّما في أعمارهم الصغيرة إلى وقت طويل في التدريب على مهارة ضبط النفس؛ لذلك قدّم ما يمكنك تقديمه لمساعدتهم، كأن تضع جدولًا مصوّرًا لهم عن المهام المطلوب منهم القيام بها، أو تذكيرهم بالأوقات التي يتوجب عليهم القيام بأمر معيّن كاستخدام المنبّه. اِبدأ معهم بخطوات صغيرة ثم تدرّج في الأمور الأكثر تعقيدًا.

- بالنسبة للأطفال الذين يواجهون صعوبة أمام المواقف الجديدة التي تستدعي تحمّل المسؤولية وضبط النفس، ولا يمكنهم مساعدة أنفسهم، علّمهم أن يسألوا أنفسهم السؤال السّحري، وهو: **ماذا يمكنني أن أفعل لكي أساعد نفسي في هذا الموقف؟**، هذا السؤال يُعتبر سؤالًا تنبيهيًّا يفتح عين الطفل على الخيارات التي من الممكن أن يقوم بها. ومع الاستمرار سيكون هو منقذ نفسه وسيتمكن من ضبطها وتحمّل مسؤوليتها.

- كن مثالًا له في القدرة على ضبط النفس.

مثال: عندما تأكل الحلوى التي تفضّلها، دعه يسمعك تقول: على الرغم من أنّي أحب

هذه الحلوى كثيرًا إلّا أنني سأكتفي بقطعة صغيرة؛ لكي أحافظ على صحتي وسلامة أسناني.

- هل تسيطر على انفعالاتك أمام طفلك أم تفقد السيطرة عليها في وقت الغضب؟

دعه يرى فيك نموذجًا للحكمة وضبط الأعصاب والتعامل الإيجابي وقت الأزمات ليذهب مذهبك.

- عندما ترى طفلك يضبط نفسه في بعض المواقف، اِمدح نجاحه بقوته وسيطرته على نفسه، ودعه يسمع ثناءك وإطراءك أمام الآخرين.

- أُسرد له قصصًا تحكي عن أهمية ضبط النفس، وسيرة الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم حافلة بما يمكنك الاستعانة بها.

ومضة (18):

كن صبورًا مع نفسك، زِدْ خبراتك ومهاراتك،
لا يوجد أعظم من الاستثمار في النفس.

إبراهيم الفقي

مساحة للتخطيط

ما الأساليب التي أعتزم على تجربتها مع طفلي لرفع مستوى ضبط النفس لديه؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

هـ - تحمّل المسؤولية:

عندما نتيح لأطفالنا فرصة تحمّل مسؤولية التّقصير في أفعالهم، سيعلّمهم ذلك دراسة الأمور جيّدًا في مستقبل الأيام قبل اتّخاذ قرار الإقدام عليها أو تركها. ومن السهل جدًا أن نعلّم أطفالنا تحمّل المسؤولية؛ لأنّ الحياة هي التي ستتكفل بتعليمهم هذا الدرس طالما نحن نقف موقف المتفرج، ونأخذ دور الموجّه والمرشد فقط.

فلو تحمّل المربّي على عاتقه نتائج قرارات طفله، سيفقد الطفل درس الحياة القيّم في تحمّل المسؤولية وفهم نتائج قراراته وعواقبها السلبية والإيجابية (طبعًا نتحدث هنا عن الأمور التي لا يكون الطفل فيها في موقع خطر).

مثال لتحمّل الطفل مسؤولية قراراته:

عندما يقرّر طفلك أن ينفق المال الذي جمعه في حصّالته لشراء لعبة واحدة لا تستحق قيمتها، حاول توجيهه وعرض الخيارات الأخرى، لكن لا تمنعه. وإذا بدأ بالشعور بالندم على تصرفه أو رغبته بشراء شيء آخر بعد أيام من شرائه اللعبة، حاول إبداء تعاطفك لتعويضه أو مساعدته، تفهّم شعوره ولكن لا تساعده ودعه يتحمّل نتيجة قراراته.

نقاط مهمة في مفهوم تحمّل المسؤولية:

- اِزرع المعرفة لدى طفلك عن الأمر الذي سيقدم على اتّخاذ القرار فيه واترك له فرصة اختيار القرار.

- عندما يقوم طفلك باتّخاذ قرار ما، دعه يواجه نتائج قراراته ويتحمّل مسؤوليتها.

- عندما يتخذ طفلك القرارات الخاطئة ويندم عليها، لا تسخر منه ولا تسمعه كلمات، مثل (أخبرتك سابقًا أو ألم أقل لك!)، وإنّما شجعه ليصلح ما أخطأ القيام به أول مرة، وأخبره بأنك موجود في حال أراد استشارتك في بعض الحلول.

- بعض المربّين يبادرون في أخذ جميع مسؤوليات الطفل على عاتقهم، ويظنّون بأنّهم

يقدّمون للطفل خدمة كبيرة وراحة، لكنّهم لا يعلمون بأنّهم في حقيقة الأمر يسلبون منهم فرصة التعلم والتقدم في مجالات الحياة.

- لا تعوّدوا أطفالكم على تدخلكم السّريع في حلّ مشاكلهم، فذلك يجعل منهم أشخاصًا اتكاليين، والشخص الاتكالي لا يستطيع مساعدة نفسه أو غيره.

- قد يأخذ تعليم الأطفال مهارات جديدة وقتًا طويلًا، كتعليمهم تنظيف الأسنان أو ربط أحذيتهم مثلًا، وقد يكون من الأسرع لو قمنا بها بأنفسنا. مهما بدا الأمر مغريًا، فلا تتولَّ الأمر بنفسك، وإحذر من أن تسلب طفلك فرصة الاعتماد على الذات وتحمّل مسؤولية أموره.

- قد يشتكي بعض المربّين من عدم تحمّل أطفالهم لمسؤولية أفعالهم، على الرغم من محاولاتهم المستمرة بتذكيرهم بها؛ والسبب غالبًا هو أنّ بعض الأطفال يفضّلون عدم تحمّل مسؤوليات أفعالهم أو حتى المحافظة على ممتلكاتهم الخاصة، فتجدهم يفقدونها باستمرار؛ لأنّهم ببساطة يعلمون بأنّ هناك من سيتحمّل مسؤولية إهمالهم، وأنّ هناك من سيبحث عن مفقوداتهم، أو سيتم تعويضهم بجديدة غيرها. لذلك يجب على الأهل عدم الاستسلام لكسل الأطفال في البحث عن مفقوداتهم أو تعويضهم بغيرها، فذلك سيؤدي إلى استمرار السلوك.

ومضة (19):

ليس المهم ما يحدث لك،

بل المهم ما الذي ستفعله بما يحدث لك.

روبرت شولر

مساحة للتخطيط

ما الأمور التي يحتاج فيها طفلي تعلّم تحمّل المسؤولية؟
وكيف أخطّط لتعويده على تحمّل المسؤولية في هذا الأمر؟

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

و- فنّ الاعتذار:

مَنْ مِنّا لا يخطئ؟!

ارتكاب الأخطاء هو أحد الأساليب التي نتعلم منها الدروس الجديدة في حياتنا. والمشكلة الحقيقية لا تكمن في ارتكاب الخطإ، إنّما في ردود أفعالنا تجاهه.

وقد يجد بعض الأطفال صعوبة في الاعتذار؛ إمّا لشعورهم بالخجل، أو لعزّة النفس، أو لتوتر مشاعرهم في لحظة وقوع الحدث. فالاعتذار قد يحتاج من الطفل وقتًا وشجاعة ليستطيع أن يقوم به، كما أنه لا فائدة من أن تجبر طفلًا على الاعتذار، وتدخل في معركة معه من أجل أن يعتذر. فالهدف من الاعتذار هو أن يفهم ويقتنع طفلك بالخطإ الذي قام به، وبالتالي يبدأ في مرحلة إصلاحه.

نصائح لتعلّم فنّ الاعتذار:

- اِشرح لطفلك أنّ كلّ الناس معرّضون لارتكاب الأخطاء، وأنّ المشكلة ليست في ارتكابها، إنّما في طريقة تعاملنا معها. فالقوي فقط من يعترف بأخطائه وينتهز الفرصة لتصحيحها والتعلم منها، والضعيف من يهرب من تحمّل مسؤولية أفعاله، وينتهي بخسارة الأهل والأصدقاء لعدم اعتذاره وخسارة الدروس القيّمة التي من الممكن أن يتعلّمها من الخطإ.

- علّم طفلك أنّ الاعتذار الصادق يمرّ بثلاث مراحل:

1. الشعور بالأسف لارتكاب الخطأ، عن طريق التفكير فيه.

مثال: حينما يضرب طفلك أخاه، ساعده في أن يفكر بالضرّر الذي حدث ومشاعر الألم التي يشعر بها أخوه الصغير.

2. تقديم الاعتذار اللفظي، وهو أن يقدّم المخطئ الاعتذار للطرف الآخر، بشرط أن تكون الطريقة التي يُقدم بها تنمّ فعليًّا عن الأسف وتكون بأدب واحترام.

مثال: أن يقول طفلك لأخيه المضروب: اِعتذر عن ضربك، أو يقول: أنا آسف! لن أكرّرها ثانية.

3. تقديم الاعتذار بالفعل، وهو أن يقوم الطفل بمحاولة إصلاح ما يمكن إصلاحه من الخطإ الذي ارتكبه بنفسه إن أمكن.

مثال: يستطيع طفلك أن يقوم (الاعتذار بالفعل) لنفس الموقف السابق، بمحاولة تخفيف الألم عن أخيه بالوسيلة المناسبة، كأن يمسح بلطف على المكان الذي يؤلمه، أو يقبّله ويحتضنه.

- إذا كنت من النوع الذي يعاقب بشدة، فلا تتوقّع من طفلك أن يكون من السهل عليه الاعتراف بأخطائه؛ لأنه سيخاف من عقابك، لذا تأكد من ردود أفعالك إزاء أخطاء أطفالك ومناسبتها للعقوبات التي تفرضها، هل فعلًا تستحق كلّ هذا الخوف والعقاب الذي ينتظره طفلك، أم هي مجرّد تفريغ لغضبك؟

هل طريقة تعاملك مع أخطاء أطفالك تعطيك الفرصة لمساعدتهم في تصحيحها أم تغلق أمامك الفرص وتساهم في توتر علاقتك مع طفلك؟

- هل تعتذر إلى طفلك عندما ترتكب أنت الخطأ؟

الاعتذار فرصة رائعة للتعبير عن الحب والاحترام. اِشرح له هذا المفهوم من الاعتذار، وكن له قدوة فيه وستراه يمتثل لخطاك.

- إذا أخطأ طفلك وجاءك معتذرًا لا تردّه، فتهدم كلّ ما بنيت من تأصيل أهمية وأثر الاعتذار فيه، كأنك تقول له: الاعتذار لا فائدة منه.

اِحرص أن تقبل اعتذار طفلك مهما بلغ غضبك منه وساعده بالطريقة التي تمكنه من تصحيح فعله.

تذكر: الهدف هنا هو تصحيح السلوك وليس تفريغ شحنة الغضب.

ملاحظة مهمة:

من الجميل أن نعلِّم طفلنا المسامحة، من أجل نفسه أولًا ليعيش بهدوء وسلام داخلي، قبل أن يكون من أجل غيره. وأن تكون المسامحة مبنية على مبدأ أنني أعامل الناس بأخلاقي وليس بأخلاقهم.

لكن أودّ أن أوضح هنا نقطة مهمّة! بأنّ هناك فرقًا بين المسامحة وضعف الشخصية. أن أكون شخصًا متسامحًا يعني أنّي أستطيع أن أسامح وأعفو عمّن ظلمني، وأستطيع أن ألتزم بموقفي وآخذ حقّي، لكنّي اخترت أن أسامح لعلمي أنّ العفو عند المقدرة من مكارم الأخلاق.

أمّا الضّعيف الشخصية فهو الذي يكون متسامحًا دائمًا، ليس لصفة جُبِلَ عليها، بل يسامح؛ لأنه يكون مجبورًا عليها؛ لعدم استطاعته الوقوف مع نفسه وأخذ حقوقه، وليس هذا النوع الذي نريد أن نعلّمه لأطفالنا هنا؛ لأنّ هذا النوع ينمّ عن ضعف الشخصية، الّذي يضع الطفل في مواقف صعبة وعلاقات غير صحية.

العفو يعني الإرادة، الإرادة قادرة على العمل أيًّا كانت حالة القلب".

كوري تين بووم

ومضة (20):

الاعتذار عن الخطإ، لا يجرح كرامتك،

بل يجعلك كبيرًا في نظر من أخطأت بحقه.

جبران خليل جبران

مساحة للتخطيط

هل أطبّق مبدأ التسامح في منزلي؟

كيف أستطيع رفع مستوى أجواء التسامح والعفو في المنزل؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ز. الهوايات مقابل وقت الفراغ

أحد أخطر الأمور التي يواجهها الطفل والمراهق هو وقت الفراغ، إذ يُعَدّ هذا الوقت الذي لا يتم توظيفه بالشكل الصحيح أحد أسباب مفسدة الأبناء، فكما تقول الحكمة: **"إن يكن الشغل مجهدة، فإنّ الفراغ مفسدة"**.

لذا يجب الحرص على وضع خطط مسبقة لأوقات الفراغ الطويلة التي سيقضيها الطفل، مثل وقت الإجازات الصيفية والأعياد وغيرها.

وفي الوقت نفسه ليس بالضرورة أن تشغل أوقاتهم بالأمور التي لها ارتباط مباشر بالتعليم فيقابلها الأطفال بالرفض. لذا اقتراحي بخصوص هذا الموضوع، أيّها المربّي الفاضل، أن توظّف الهوايات مقابل وقت الفراغ.

لماذا الهوايات؟

دعني أخبرك عن أسباب اختياري للهوايات:

- لبعدها عن طابع الملل المرتبط بالمناهج الدراسية.
- فرصة ليكتشف الطفل نفسه، وما يحبّه ويجرّب ميوله.
- يمكن للعائلة أن تتشارك في ممارسة بعض الهوايات، الأمر الّذي يؤدّي إلى التقارب وقضاء الوقت معًا.
- كلما زادت اهتمامات الطفل قلَّت فرص انجرافه إلى أنشطة مشبوهة تضرّ به وبصحته وعقله.
- عندما يقوم الطفل بممارسة هواياته التي يحبّها ستعتبر متنفّسًا له وتوازنًا صحيًّا مقابل الأمور التي يفعلها لأنه مجبر عليها.

- الهواية تمنح الطفل شعورًا بالإنجاز والراحة.

- تعلم الطفل كيفية تسلية نفسه، وكيف ينمّي الاهتمام بأمر ما.

ملاحظة:

كما ذكرنا أنّ اختيار الهواية التي يريد أن يقوم بها الطفل هو أمر يعود إليه، ولكن هناك بعض الأطفال لا يستطيعون اكتشاف هواياتهم بأنفسهم، ساعدهم عن طريق تجربة عدد من الهوايات لاكتشاف شغفهم.

كما أنّ الأطفال من وقت إلى آخر قد يميلون لتغيير هواياتهم، وهذا أمر طبيعي، فلا تجبرهم على الالتزام بهواية محددة واستعدّ لمثل ردود الفعل هذه إذا كنت تنوي دفع مبلغ لشراء أدوات لهوايته أو دفع رسوم لدروس خاصة بها.

أفكار لأنشطة في وقت الفراغ:

- قراءة قصة ثم الاستعداد لروايتها للعائلة وقت المساء.

- شجع طفلك على كتابة مقال عن معلومات غريبة أو قصة قصيرة.

- يختار كلّ يوم حضارة أو بلد ويجمع المعلومات المطلوبة ويشارك العائلة بها.

- أن يتفرج على ألبوم صور قديم للعائلة ثم التّحدث معه عن أحداث الصور ومناسباتها.

- إذا كان عمره مناسبًا، كلّفه بمهمة صنع الحلوى لوقت تناول الشاي أو القهوة.

- كتابة مذكرات يومياته، ودعه يعلم أنّ هذه المذكرات يومًا ما ستصبح شيئًا ثمينًا على قلبه.

- شجّعه على طرح الأسئلة والألغاز على العائلة.

- إعادة تدوير الأدوات التي لم يعد يحتاجها وصناعة أشياء جديدة منها.
- ألعاب الذكاء بمختلف أنواعها.
- زراعة نبتة من البذور والعناية بها كلّ يوم.
- إذا كان يحب الحيوانات يمكنكم اقتناء حيوان أليف وتكليفه بمهمة العناية به إذا كان يرغب بذلك.
- ليكن ضمن جدوله اليومي ممارسة الرياضة وإن كان عن طريق اللعب، كركوب الدراجة.
- القيام بأعمال فنية لتزيين المنزل.
- صنع الدمى من الجوارب القديمة.
- صنع إطارات للصور وتزيينها.
- صناعة ملف أحلام يحتوي على صور وأوصاف للأحلام التي يريد الطفل أن يحققها.
- الأطفال الذين يرون آباءهم يتعلّمون هوايات جديدة يرغبون هم أنفسهم في تعلّم مهارات جديدة كذلك.

هناك عدد لا محدود من الأفكار التي يمكن أن تقضي بها وقت الفراغ مع طفلك، ابتكر وطبّق ما يناسبك، أيضًا سنسعد بمشاركتك لنا أفكارك عبر صفحتنا في الإنستغرام.

Instagram: @khlood75

ومضة (21):

القدرة على ملء وقت الفراغ بذكاء،
أعلى مستوى من الثقافة الشخصية.

بيرتراند راسل

<u>مساحة للتخطيط</u>

هل يوجد لدى طفلك وقت فراغ طويل في المنزل؟

ما خططكم لاستثمار وقت الفراغ؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ح. الموهبة وتنميتها:

قد يتّسم بعض الأطفال بالموهبة الفطرية (موروثة)، وهذه الموهبة يتمّ اكتشافها من المحيطين بهم، وغالبًا تكون الأم هي أول من يكتشفها، وقد تكون في مجال واحد فقط، وقد تتعدّى إلى أكثر من مجال. وعند اكتشافك لموهبة طفلك احرص على تنميتها؛ لأنك إن لم تنمّها فغالبًا ما ينتهي الأمر إلى خسارتها.

وفي المقابل يوجد أطفال غير موهوبين فطريًا، لكنّهم يكتسبونها عن طريق التنشئة والتربية من خلال الاحتكاك بالناس والبيئة من حولهم، وتتمثّل في الجهود المبذولة والخطط المرسومة من قبل العائلة التي تساهم في تنشئة طفل موهوب.

من صفات الطفل الموهوب:

- دقيق الملاحظة.
- سريع البديهة.
- شديد الفضول.
- ذاكرته قوية.
- يهتم بالمعلومات الجديدة.
- سريع التعلّم، يسبق أقرانه في الفهم..
- خياله واسع.
- يمتلك مهارة حلّ المشكلات.
- ذو مهارة عالية في التفكير ولا يمانع التعقيد.

- يحب الألعاب التي تستدعي التفكير والتركيز.
- يطرح الكثير من الأسئلة، وقد تكون أسئلته غير متوقّعة.
- لديه مداخلات كثيرة وأفكار وحلول ليطرحها.

أفكار لتنمية موهبة طفلك:

- أكثر من طرح الأسئلة النوعية: كيف، لماذا، أين، ماذا، متى.
- ناقشه وحاوره في ما يقرأ أو يشاهد.
- وفّر مصادر البحث في اهتماماته، كتوفير الكتب، أو الألعاب التعليمية المتصلة بها، وبرامج الكمبيوتر إن أمكن.
- شجّعه على المشاركة في المسابقات العلمية أو الفنية، بحيث تكون فرصة لإظهار قدراته وإمكاناته، وكذلك مخالطة الموهوبين من أقرانه والاطّلاع على أفكارهم.
- شجّعه على الاشتراك في البرامج الإثرائية التي تزيد من حصيلته وتنمّي مهاراته، كالنوادي العلمية والفنية والمدرسية، برامج تبادل الطلبة، مشروعات تخدم البيئة، حلقات البحث، المناظرات، استخدام قاعات مصادر التعلم، والمخيّمات الصيفية.
- وضع خطة لرعاية الطفل الموهوب وتدارسها مع معلّميه، والتأكد من فعالية البيئة التعليمية لتطوير المواهب.
- اِحذر من أن تحاول جعل طفلك نسخة عنك فتدفن شخصيته.
- وفّر له الحرية، ولا تكبّله بقيود بل أطلق العنان لأسئلته، واكتشافاته، واقتراحاته، وأعطِه حريته في اختيار الموضوعات الإضافية التي سيتعلّمها.

- اِحذر من النقد السريع والسلبي لأفكاره الجديدة، وكأنك تقوم بقتل الفكرة عنده قبل ولادتها.

- قدّم له التشجيع المستمر. (مع الأخذ بعين الاعتبار عدم إثارة الغيرة بين الإخوة، والحذر من زرع الغرور والتكبر فيه).

- شجّعه على القيام بالتجارب (بشرط أن تكون بيئة آمنة أو تحت إشرافنا).

- لا ترهقه أو تحمّله ما لا تطيقه نفسه، لكي لا يؤدي ذلك إلى نفوره.

- شجّعه على زيارة المعارض والمتاحف والمكتبات، التي تساهم في توسيع مداركه.

- أتح له فرصة للاستقلالية والاعتماد على النفس.

- عوّده على التعامل مع الفشل والإحباط وعدم الاستسلام لهما.

- شجّعه على التحاقه بالمدرسة التي تدعم الموهوبين حيث تتوفّر الإمكانات والوسائل التي تساهم في تطوير موهبته وتنميتها، عبر كادر تعليمي مهيّأ بأساليب تعليمية وتربوية للتعامل مع الأطفال الموهوبين وشخصياتهم.

ومضة (22):

كلّ إنسان لديه موهبة. ولكن إن حكمت على السمكة بالفشل لعدم قدرتها على تسلق شجرة، فقد قتلت موهبة السباحة لديها.

هل وجدت موهبتك؟

أحمد الشقيري

<u>مساحة للتخطيط</u>

هل اكتشفت موهبة طفلك بعد؟

ماذا تنوي أن تفعل للحفاظ عليها وتطويرها؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

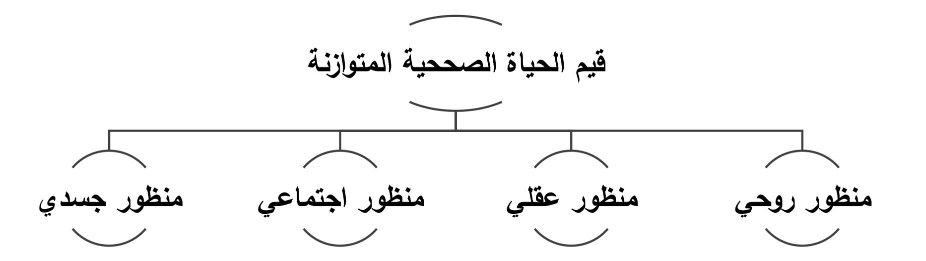
....

ط- التوازن:

يقول د. واين داير: التوازن هو السّمة المميزة لهذا العالم. فالكون بأسره والكوكب الذي نعيش عليه وفصول السنة الأربعة والماء والهواء والتربة... كلّ ذلك يمضي في توازن، إلّا نحن بني الإنسان.

ولأنّ التوازن هو العنصر الرئيس لنجاح حياة أيّ فرد، أردت أن أخصّص له بعض الوقت للحديث عنه، وبالتالي نتمكن من تعليمه لأطفالنا.

نريد أن نعلّم أطفالنا أنّ الحياة الصحيحة المتوازنة تدور حول أربع قيم:



دعني أشرحها لك باختصار:

- **المنظور الجسمي:** يتضمن الاهتمام الفعّال بأجسادنا، من تغذية صحيحة، والحصول على قدرٍ كافٍ من الراحة والاسترخاء وممارسة التمارين الرياضية بانتظام.

اصنع لنفسك ولطفلك عادات تحافظ على المنظور الجسدي لديكم.

- **المنظور الروحي:** المنظور الروحي له اتصال مباشر بالارتباط الديني. ويُعدّ المنظور الروحي هو جوهرك ومركزك والتزامك بنظام قيَمك. وهو ناحية خاصة من حياتك بالغة الأهمية، والعناية بالمنظور الروحي يتضمّن: العبادات الدينية، والتأمّل، والتفكير العميق بالذات، ومصالحة النفس، وتحقيق السلام الداخلي.

اصنع لنفسك ولطفلك عادات تحافظ على المنظور الروحي لديكم.

- **المنظور العقلي:** للأسف، حاليًا ينحصر الاهتمام بالمنظور العقلي داخل المنشآت التعليميّة، أو بما يخصّ التطور الوظيفي داخل العمل، وخارج هذين الظرفين يترك الكثير عقله بعيدًا عن التعليم الذاتي ودائرة التطوير والاكتشاف والبحث والقراءة، وخسارة فرصة التعليم الحرّ، فمن دونه تضيق حدود العقل.

اصنع لنفسك ولطفلك عادات تحافظ على المنظور العقلي لديكم.

- **المنظور الاجتماعي (العاطفي):** يرتكز على مبادئ العلاقات الجماعية، ومهارات التواصل، والتكاتف والتعاون الخلّاق. ويشمل: الزواج، والأصدقاء، والأهل، والعلاقات الاجتماعية. فديننا الاسلامي يؤكد على هذا الجانب، فتراه يوصي بصلة الرحم وإقرانها بإطالة العمر، ويوصي كذلك بالجار وحسن التعامل مع الآخرين. وتذكّر أنّ لكلّ منّا في الحياة هدفًا وغاية، ومن أسمى الغايات تلك التي تخدم المجتمع.

اصنع لنفسك ولطفلك عادات تنمّي المنظور الاجتماعي لديكم.

وهذه العناصر الأربعة مجتمعة مهمّة جدًا لتكوين التوازن الذاتي. من الأخطاء التي يقع فيها بعضنا هي الانغماس في جانب وإهمال الجوانب الأخرى. في حين أنّ التوازن هو من يضمن لنا الاستمرار بشكل صحيح وصحّي.

حينما نعلّم أطفالنا أهمية التوازن في الحياة من البداية نضمن ألّا يكونوا ضحية الضغوط والضياع في منظور دون الآخر، نشرح لهم على سبيل المثال أنه ليس من المقبول أن يقضي الطفل يومه واهتمامه كله في الدراسة، وفي المقابل لا يمكنه أن يقضيه كلّه في اللعب، نكرّر كلمة التوازن أمامهم، نشرح لهم أهدافه، والإيجابيات التي سيضيفها إلى حياتنا عندما نعتمد التوازن كعادة.

ومضة (22):

الحياة عبارة عن توازن بين ما تستحوذ وما تترك.

جلال الدين الرومي

مساحة للتخطيط

هل نجحت في تحقيق التوازن في حياتك؟

ما الخبرات التي ستمرّرها لطفلك بهذا الخصوص؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

ي- الثقة وتقدير الذات:

تقدير الطفل لذاته لا سيّما في مراحل طفولته المبكرة يؤدي إلى تكوين شخصية طفل يتميز بالثقة والأخلاق الحسنة والوعي والصلاح والاستقامة؛ لأنّ الطفل الذي يقدّر ذاته ويعتزّ بها يكون متمسّكًا بجذور تربيته ويحافظ على القيم والمبادئ التي تربى عليها.

بعكس الطفل الذي يفتقد لتقدير الذات، فيكون صاحب شخصية هشّة تبعية للغير، وفريسة سهلة لرفقاء السوء.

كيف نرفع مستوى التقدير الذاتي؟

نحن كمربّين لنا دور كبير في رفع التقدير الذاتي لدى أطفالنا، وهذه بعض النقاط التي ستساعدك في هذه المهمة:

- مهما أخطأ طفلك لا تطلق عليه أوصافًا سلبية، مثل: أنت فاشل، مهمل، وغيرها، وتذكر إذا أردت أن تنقد، وجّه الوصف السلبي للسلوك وليس للشخص.

- أعطِ طفلك الفرصة لمواجهة المواقف الصعبة، واختبار قدراته. فإنّ بذل الجهد في حلّ المواقف الصعبة أو النجاح في حلّها كفيل برفع تقديره لذاته من دون تدخّل مباشر منك.

- عندما يفشل طفلك في أمر وتراه محبطًا، أجِّل محاضراتك لوقت آخر وركز على رفع معنوياته.

- اِزرع المبادئ والقيم والإيمان في طفلك منذ الصغر، واحرص أن يكون تمسّكه بها حبًّا ورغبة، لا خوفًا ورهبة.

- لا تبالغ في وضع القيود ولا تبالغ في المحاسبة على الأخطاء واتّبع المقولة التالية: أحبب طفلك بقلبك وهذّبه بعقلك.

- عزّز إيجابيات طفلك بالمدح والثّناء، وقدّر- ليس فقط- إنجازاته، بل كذلك محاولاته الجدّية للوصول إلى النجاح وإن لم ينجح فيها.

- ركّز على نقاط قوة طفلك ومواهبه، نمّها ووجهها، فعندما يتعرف طفلك على مكانته، يرفع تقديره لذاته.

- علّم طفلك تحمّل مسؤوليته، مسؤولية قراراته وأخطائه، ودرّبه على طرق تصحيحها والتعامل مع نتائجها.

- شعور الطفل بالأمان الأسري يرفع تقديره لذاته، فلا تصرخ في وجه طفلك أو أحد أفراد عائلتك، ولا تضرب، فالعنف اللفظي والجسدي من مدمّرات شخصية الطفل.

- اِمنح طفلك فرصًا للتعبير عن أفكاره وآرائه ومشاعره، وليس عليك قبولها وتطبيقها، إنّما مجرّد الإنصات لطفلك ومعاملته بأنه شخص ذو أهمية، كفيلان برفع تقديره لذاته. واحذر كلّ الحذر من أن تسخر من أفكاره أو تضحك على آرائه التي يشاركك فيها.

- أشبع حاجات طفلك النفسية وعبّر عن مقدار حبّك له لفظيًا بالمودة في الكلام، وفعليًّا بالعطف والاحتضان.

- عندما تتمّ معاملة الطفل بين عائلته بالاحترام والتقدير، سيرى نفسه بأنه كُفْء لذلك، وللأسف، العكس كذلك صحيح، أيّ إذا لم يجد الطفل نفسه محلّ احترام وتقدير، سيفتقر التقدير الذاتي لنفسه.

- عندما يشعر الطفل أنّ لوجوده غاية وهدفًا، سيؤدي ذلك إلى رفع تقدير لذاته، ساعده ليضع أهدافه ويعرف غايته عن طريق طرح أسئلة محفّزة، مثل:

ماذا تريد أن تصبح عندما تكبر؟
مَنْ قدوتك؟ ولماذا؟
ما هي نقاط قوتك، وكيف ستستخدمها لخدمة المجتمع؟

- أشركه أكثر في قرارات العائلة، أسند إليه مهمات يمكنه القيام بها، قدّر ما يقوم به كأن تقول له: أنا فخور بأنك ولدي، دائمًا أجدك عند حاجتي لك. فاستشعار الطفل لحاجة الآخرين له كفيل برفع تقديره لذاته.

- طبّق معه مبدأ (النبوءة التي تحقق ذاتها)، دعه يسمع توقعاتك منه وله، ولكن لا تبالغ لكيلا يجد الطفل نفسه تحت ضغوط توقعاتك التي تقارب الكمال ويرى نفسه عاجزًا عن تحقيقها. هذا المبدأ يحفّز السلوك المرغوب عن طريق تأثره بالتوقعات المرسومة مسبقًا.

- دعه يشعر بأنك فخور به، ودَعْه يسمعك تتحدث عنه بفخر واعتزاز أمام الآخرين.

ومضة (23):

قيمة الذات تأتي من شيء واحد..
أن تعتقد أنك إنسان ذو قيمة.

واين داير

مساحة للتخطيط

ما درجة تقدير طفلك لذاته من عشر درجات؟

كيف تعتزم أن ترفع من هذا المستوى؟

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

الخاتمة

عزيزي المربّي،

شكرًا لصبرك ووصولك إلى آخر محطة في الكتاب، كما أودّ أن أتقدّم لك بخالص امتناني وتقديري للجهود التي تقوم بها في تنشئة جيل المستقبل، فتعمير المستقبل يتحتم وجود جيل واعٍ على يَدَي مربٍّ واعٍ مثلك.

وأخيرًا، أسأل الله أن يحفظ لكم ذريّتكم، ويزيدهم علمًا ورفعة، ويجعلهم قرّة عين لكم...

تحياتي،

خلود الخليفة

ومضة (24):

إن كان ثمّة هدف سامٍ خلف ما نقوم به،
فيجب ألا تكون صعوبة الوصول إليه عائقًا لتحقيقه.

خلود الخليفة

المصادر

الكتب:

- **أبناء كما نريدهم ومربّون كما يريدوننا.**

أ. خلود الخليفة.

- **طفل المخ الكامل.**

دانيال جيه سيجل.

تينا باين برايسون.

- **التهذيب الإيجابي من الألف إلى الياء.**

جان نيلسن.

لين لوت.

ستيفن جلين.

- **How to talk so kids will listen & listen so kids will talk**

Adele Faber

Elaine Mazlish

- **The 7 habits of highly effective people**

Stephen R. covey.

- SHRM LEARNING SYSTEM

for SHRM co/ shrm-scp

- **التربية المثالية.**

إليزابيث بانتلي.

- **365 طريقة لتنشئة أطفال واثقين.**

شيلا إليسون وباربرا آن بارنيت.

- **التقدير الذاتي للطفل.**

د. مصطفى أبو سعد.

- **قواعد الحياة.**

ريتشارد تمبلر.

- **الطفل الذكي.**

توني بوزان.

- **نظرية الذكاءات المتعددة.**

دكتور محمد عبدالهادي حسين.

- **أطر العقل.**

هاورد غاردنر

- **مهارات التفكير والتعلم.**

إعداد فريق من المختصين في كلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة الملك عبدالعزيز.

المقالات:

- **كيفية علاج الخوف عند الأطفال**

حسّان مطر.

https://mawdoo3.com

- **8 Ways to Teach Kids Self-Discipline Skills**

Amy morin

https://www.verywellfamily.com/teach-kids-self-discipline-skills-1095034

- **أفكار لشغل وقت فراغ الأطفال.**

Kidsfunlearning.com